Natural Baking

低油、低脂、零添加烘焙

好吃不发胖



国明 著

北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co.,Ltd.

乐悠生活
LEYOU LIFE

低油、低脂、零添加烘焙

好吃不发胖

国明 著



Natural Baking

北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co.,Ltd.



乐悠生活 LEYOU LIFE

低油、低脂、零添加烘焙：好吃不发胖

图片拍摄	刘　飞
图片提供	北京全景视觉网络科技有限公司
	达志影像
	华盖创意图像技术有限公司
	上海富昱特图像技术有限公司
特别鸣谢	文怡心厨房的仓库（淘宝店）
	滋味365（淘宝店）

Baking

自序

也许，我们是认识的，比如你看过我的美食博客，或是在微博上有交流，或是来文怡美食生活馆上过美食课程。也许我们根本不认识，全由这本书带来我们的缘分。不管怎样，都感谢你对我的支持和对烘焙的喜爱，美食的路很快乐，在路上又多了一个人陪伴，真好！

这本书非常适合新手入门，我不想说零失败，因为有时失败后的再尝试能让你对烘焙有更深的体会。本书中的配方都是经过我反复尝试和改进的，材料的分量也特别适合家庭操作，制作的步骤也在合理的范围内做了些简化，相信这几点能让你有个不错的起步。希望拥有本书的你，一定要试做。相信你一定能感受到我当初爱上烘焙时的心情，体会到其中操作的乐趣，享受甜蜜成果带来的赞叹和鼓励，从而对烘焙信心大增，成就感十足。

2010年我为了检验和挑战自己，考取了烘焙行业的高级西点师证书，但是我更愿意说，我是个家庭烘焙师。烘焙是一条表达爱和体会被爱的途径，会让你的生活更多彩、更美好。

在此我想借文字表达内心一连串的感谢：感谢出版社对我的信任和认可，使得此书顺利出版；感谢我的家人和朋友，是你们长期的赞美、鼓励和争当“试验小白鼠”让我对烘焙一直无法放弃；感谢无数未曾谋面的网友对我的喜爱和支持；还有，感谢我多年志同道合的好友文怡，竟然聘用我这样一位家庭“煮妇”担任美食课堂的培训总监，所幸的是我们的课堂一天比一天红火……

唯有坚持和进步，才能报答你们，感谢我的生活中有了烘焙，有了你们！

国明



CONTENTS





Part 01

担心高油、高脂、添加剂?

在家做最健康的面包 饼干 蛋糕 / 9

烘焙前要做的工作……10

烘焙的常用工具、模具和材料……11

面包制作技巧问答……16

饼干制作技巧问答……18

蛋糕制作技巧问答……20











Part 02

草根学徒变面包师傅

手作面包，吃的是麦谷的本真味道 / 23

揉转小面团，手作面包让你大晒厨艺……24

蜂蜜酸奶排包……30
经典墨西哥面包……32
肉桂苹果面包……34
焦糖辫子面包……36
小熊巧克力面包……38
巧克力葡萄面包……39
肉桂葡萄面包卷……40
椰蓉面包卷……42
花生酱面包卷……44
巧克力菠萝包……46
汤种全麦吐司……48
南瓜迷你吐司……50
白吐司……52
双色吐司……54
胡萝卜吐司……55
法棍……56
蒜味佛卡夏……58
五谷杂粮面包……60
南瓜芝心贝果……62
芝麻奶酪贝果……64
洋葱面包……66
葱香香肠面包……68
番茄奶酪面包……70
热狗面包卷……72
沽沽洛夫……74
免揉土豆培根面包……76
奶酪金砖……78
甜甜圈……79



Part 03

手工定制+浓浓爱心

你的饼干叫作独一无二 / 81

玩的是智慧，做饼干没那么难……82

玛格丽特小饼干……90
红糖燕麦早餐饼……92
瓦片杏仁饼干……94
玫瑰酒香软曲奇……96
香酥椰蓉饼……98
燕麦磨牙饼干……100
原味黄油曲奇……102
拇指饼干……104
树莓杏仁脆饼……106
泡芙空心饼……108
蜂蜜香蕉司康……110
砂糖蝴蝶酥……112
杏仁千层酥条……114
香蕉果仁软曲奇……116
芝士布朗尼……118
缤纷棒棒糖饼干……120
全麦消化饼干……122
海苔肉松饼干棒……124
黑芝麻苏打饼干……126
芝士饼干棒……128
玻璃珠光饼干……130
干酪辣肠司康……132
巧克力杏仁曲奇……134



Part 04

有一种幸福叫满足

蛋糕让你成为“吃货”堆儿里的赢家 / 137

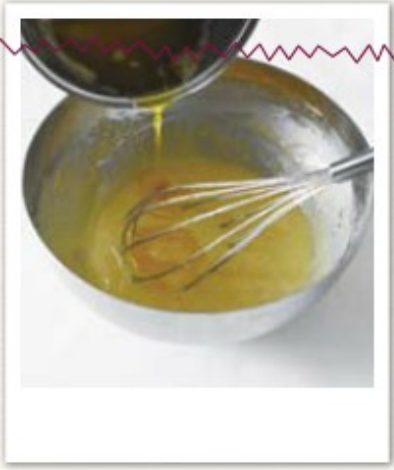
味蕾的小情人，蛋糕背后的秘密……138

传统布朗尼蛋糕……144
贝壳小蛋糕……146
香蕉巧克力玛芬……148
玉米培根蛋糕……150
什锦果干芝士蛋糕……152
蜜桃翻转蛋糕……154
大理石磅蛋糕……156
原味戚风蛋糕……158
可可戚风蛋糕……160
蜂蜜抹茶蛋糕……161
南瓜戚风蛋糕……162
椰香蛋糕……164
蔓越莓天使蛋糕……166
酸奶蛋糕……168
芝士夹心小蛋糕……170
经典提拉米苏……172
樱桃冻芝士蛋糕……174
巧克力冻芝士蛋糕……176
苹果派芝士蛋糕……177
大理石芝士蛋糕……178
原味烤芝士蛋糕……180
蓝莓芝士蛋糕……182
轻乳酪蛋糕……184
抹茶冻芝士蛋糕……186
柠檬冻芝士蛋糕……187
莓香抹茶奶油蛋糕……188



Part 01





担心高油、高脂、添加剂?

在家做最健康的面包 饼干 蛋糕

Baking

玩烘焙 So Easy！

烘焙前要做的工作

1. 要充分了解你的烤箱。
2. 学会使用各种计量工具。
3. 学习制作面包的常用工具和材料的使用方法。
4. 购买一些最基础的工具和基本的面包材料。
5. 提前准备将要用到的工具和模具。
6. 称量所有要用到的面包材料。
7. 做好准备工作：将烤盘准备好，垫纸裁剪好；提前从冰箱取出黄油进行软化；如果需要用到果干，就将果干提前浸泡；裱花嘴装入裱花袋等。
8. 好了！接下来就可以马上开始操练了！





烘焙的常用工具、模具和材料

要想制作出好吃的面包、饼干、蛋糕，工具很关键，要尽可能备齐！

1 烤盘和烤网

一般烤箱会附带烤盘和烤网。烤盘用来盛放需要烘烤的食物，如肉类、饼干类和面包等。烤网可以用来放置烘烤带有模具的食品，如各种蛋糕、派等。烤网还有一个重要的作用，就是将烤好的食物放置在上面凉凉。







2 食品秤、量杯和量匙

做点心需按照配方严格称量配料。一般按重量称量的都用食品秤，按容积称量的液体用量杯，极少用量的粉类和液体可以用量匙称量，量匙一般有四个规格：1大匙或叫1汤匙（15毫升）、1小匙或叫1茶匙（5毫升）、1/2小匙（2.5毫升）、1/4小匙（1.25毫升），如果是粉类，量取时按1满匙并刮去多余的冒尖部分为准。

3 电动打蛋器

用来打发鲜奶油和蛋清用，还有像黄油、奶酪等用手搅拌比较费力的原料也可以用。电动打蛋器的功率不尽相同，一般来说功率越大，搅打的力度也越大，需要搅打的时间也就越短，最好选择功率在100瓦以上的电动打蛋器为宜。



4 手动打蛋器

可以搅拌蛋黄、稀面糊等比较不费力的原料。





5 橡皮刮刀

非常好用的混合及搅拌工具，并且能将从容器倒入模具的湿面糊刮得很干净，减少浪费。



6 毛刷

主要作为蘸取蛋汁刷于成品表面之用，亦可用来刷除面团上的面粉或刷油。毛刷一般利用塑胶或天然动物毛制成，以动物毛刷较为柔顺好用。



7 大小单把锅

在烘焙中用处较大，可以用来煮牛奶、柠檬汁等液体，洗刷方便，且不易被腐蚀。



玻璃碗



不锈钢碗

8 玻璃碗与不锈钢碗

玻璃碗用来打发和搅拌各种原料，可以准备大小不同的数个，或用不锈钢质地的。



9 砧板

使用塑料砧板时，最好不要用来切很烫的熟食，因为高温会加速有害物质的析出。每次用过后，最好用50～60℃的热水冲洗，洗完晾干。

10 擀面杖

推荐一种质量非常好的走槌，可以用于擀面片等，表面有不粘设计，能够更轻松地擀面和清洗，使用非常方便。





11 油纸、锡纸、不粘油布

油纸和不粘油布用来垫烤盘防粘用。而锡纸可以用来包裹肉类，使其水分不流失。这些材质都是耐高温的，可以放心地在烤箱中使用。





12 温度计

温度计用来测量面团温度、发酵空间温度和各种需要测量的液体、糖浆等材料的温度。

13 面包割口刀

有专用的更好，没有也没关系，选用锋利点的小刀或剃须刀片也行，注意使用安全。

中筋面粉



中筋面粉的蛋白质含量在9%－12%，多数用于中式点心的制作如馒头、包子、水饺等，也可做西饼中的派皮。

高筋面粉和低筋面粉



高筋面粉中蛋白质的含量在12.5%以上的，是制作面包的主要原料之一。

低筋面粉蛋白质含量在7%～9%，是制作蛋糕和饼干的主要原料之一。

玉米淀粉



玉米淀粉又叫玉米粉、粟粉，溶水后通过加热可产生胶凝特性，多用于馅料的制作。还可在蛋糕配方中适量加入，降低面粉的筋度等。

干酵母



干酵母是生物膨大剂的一种，由新鲜酵母脱水而成，呈颗粒状。由于它使用方便和易储藏，是目前家庭最为普遍采用的一种用于制作面包、馒头等面点的发酵用品。

小苏打



小苏打是化学膨大剂的一种，呈碱性。常用于酸性较重的点心配方中，例如，含有巧克力、蜂蜜、糖浆、果汁等食品。巧克力为酸性，大量使用时会使西点带有酸味，使用少量的苏打粉作为膨大剂的同时可中和其酸性，此外，小苏打还能加深巧克力的颜色，使其看起来更加黑亮。

泡打粉



泡打粉又称发酵粉、发粉或速发粉，是化学膨大剂的一种，广泛使用在各式蛋糕、西饼的配方中。泡打粉是中性的，因此，它不能简单地代替配方中的小苏打使用。

砂糖和绵白糖



砂糖的主要成分是蔗糖。在制作点心时一般使用细砂糖，它的颗粒非常细小，比粗砂糖更易溶化，且能吸收更多的油脂。粗砂糖一般用来制作糖浆，粗颗粒的结晶比细的反而更纯，所以做出的糖浆更加晶莹剔透。绵白糖是细小的蔗糖晶粒被一层转化糖浆包裹而成的，它所含水分高，更绵软，适合直接食用，也可以在制作甜点时替代细砂糖使用。

糖粉



糖粉是砂糖磨成粉并添加了少量淀粉，防止结块。一般用于装饰和制作某些含水分较少的品种或需要使糖很快与其他原料混合的品种，如饼干。

可可粉



可可粉是由可可豆经发酵、去皮、磨碎和脱脂处理后的粉状物。可可粉具有浓郁的可可香气，广泛用于糕点、巧克力、冰激凌、糖果及其他食品的制作。

黑巧克力、白巧克力



常常将巧克力熔化后用在各式点心的制作中，熔化时最好选用隔水加热的方法，水温不需要太高，50～70℃即可。

巧克力豆

巧克力豆是表面经过特殊处理的耐高温的特殊巧克力制品。

香草精



香草精是众多香精中的一种。有纯天然香精与人工香精两种。常用于糕点类去除蛋腥味或是制作香草口味点心时使用。因为是浓缩香精，所以用量不宜太多，以免过于浓重的香草味覆盖了糕点原本应有的味道。

书局 shop118226363

朗姆酒



朗姆酒是以甘蔗糖蜜为原料生产的一种蒸馏酒，也称为兰姆酒、蓝姆酒。原产地在古巴，口感甜润、芬芳馥郁。

白兰地



白兰地是英文Brandy的译音，它是以水果为原料，经发酵、蒸馏制成的酒。通常所称的白兰地专指以葡萄为原料，通过发酵再蒸馏制成的酒。而以其他水果为原料，通过同样的方法制成的酒，常在白兰地酒前面加上水果原料的名称以区别其种类。

食用色素



食用色素是色素的一种，即能被人适量食用的可使食物在一定程度上改变原有颜色的食品添加剂。

鸡蛋



鸡蛋是蛋糕最常用到的原料之一。它在西点制作中能够起到非常重要的作用，它可以提升糕点的营养价值、增加香味、乳化结构、增加金黄的色泽，具有凝结作用，作为膨大剂可使产品增加体积。一个中等大小的鸡蛋约重60克，其中蛋壳重10克左右，蛋黄重20克左右，蛋清重30克左右。在作为烘焙原料使用时常会将蛋清和蛋黄分开处理，只用其中的蛋清或蛋黄部分。

吉利丁



吉利丁又称明胶或鱼胶。它是由动物骨胶提炼而来的，具有凝结作用，遇热熔化。有粉状和片状不同的形态，片状的呈半透明黄褐色，需要提前用凉一些的水浸泡5分钟后使用，这样可使其吸足水分，更容易与其他液体混合，并能有效地去除它的腥味。

黄油



黄油英文名为butter。它是从牛奶中提炼出来的油脂，具有天然的乳香味，所以也叫牛油或奶油。黄油中脂肪的含量占了87%左右，而剩下约13%的成分为蛋白质、矿物质、水及乳糖等。黄油有含盐和无盐之分。一般在烘焙中使用的都是无盐黄油，如果用含盐的黄油，可以相应减少配方中盐的用量。

牛奶



鲜牛奶是制作点心、面包的常用原料之一，通常以选择全脂牛奶为好。

动物性鲜奶油

动物性鲜奶油英文名为Cream，区别于黄油。从牛奶中提炼出的乳脂肪，营养丰富，奶香浓郁，比牛奶更加浓稠，并且能通过搅打后变得膨胀。

植物性鲜奶油



植物性鲜奶油又称人造鲜奶油，主要成分为棕榈油、玉米糖浆及其他氢化物。植物性鲜奶油通常是已经加糖的，打发后的状态细腻洁白，性质较动物性鲜奶油更稳定，能做出更复杂的装饰效果。

酸奶



酸奶是牛奶发酵后的奶制品，富含牛奶所有的营养素并且更容易被人体吸收。

酸奶油

酸奶油是以优质的稀奶油为原料，用纯乳酸菌发酵剂发酵后加工制成的一种乳制品。

奶酪



奶酪也称芝士、起司等，是一种发酵的奶制品，跟酸奶一样都是通过发酵过程来制作的，含有对人体有益的乳酸菌，奶酪近似固体食物，营养价值也更加丰富。每千克奶酪制品大约由10千克左右的牛奶浓缩而成，含有丰富的蛋白质、钙、脂肪、磷和维生素等营养成分，是纯天然的食品。奶酪通常是以乳牛奶为原料制作的，但是也有山羊、绵羊或水牛奶做的奶酪。奶酪有很多品种，奶酪蛋糕常用的原料为奶油奶酪 ，是一种未成熟的全脂奶酪，经加工后，其脂肪含量可超过50%，质地细腻、口感柔和。

面包制作技巧问答

没有发酵箱，怎么发酵面团？

A：简易的发酵环境很容易创造，比如，在密封的微波炉或烤箱里放盘温热的水，使空间内产生一定的温度和湿度，然后将面团放入等待其发酵。或者用大一点并且厚实的密封袋作为容器，在袋内涂一点植物油防粘，然后将面团放入并封好口，放在暖气边或阳光下等待其发酵。泡沫塑料箱有很好的密封和保温性能，可以在里面放盘热水，把面团放入发酵。

为什么用手揉了40多分钟，面团还没有出薄膜？

A：这与搅拌面团用的力度不够、搅拌速度较慢等因素都有关系，搅拌的参考时间要根据面团的状态作适当调整。

为什么搅拌面包面团时黄油都是最后才加入？

A：油脂的加入会阻碍面筋的形成，所以要在面团揉到出筋以后才放入，这又叫后油法。大部分制作工艺都是使用后油法来搅拌面团的。

配方中的水分为什么不能一次加足？

A：搅拌面包面团通常与环境温度、湿度和揉面方式的不同，以及用到的液体分量的差异有关，为了保证面团的水分合适，先稍稍混合材料作初步判断再决定是否要加入剩余的分量。当然也会出现加了全部的液体，面团仍然感觉偏干，这时可再继续添加水量的5%左右作调整。

配方里出现冰水、冰蛋、温水等是怎么回事？

A：在搅拌面包面团时需要一个合适的温度，使其能更好地达到需要的状态。比如，夏季室温较高，就需要用冰箱里取出的鸡蛋和冰一点的水或牛奶来降低面团的温度来减缓酵母发酵的速度。相反如果是很冷的冬季，就需要用到温度在35℃左右的水来融合酵母，更有利于酵母的发酵。



分割面团的重量可以改变吗？

A：面团的重量可以根据自己的喜好和所使用的模具略作调整。



面包表面刷的蛋液是越多越好吗？能不能省略这个步骤？

A：蛋液不能刷得特别多，用毛刷蘸取打散的蛋液后在碗的边缘刮去多余的部分，只刷薄薄的一层为好，否则会上色过重。如果不刷蛋液，表面不容易上色并且无光泽，而且表皮水分挥发过快变得很干硬。有的面包也会用牛奶或水和蛋液混合后刷表面。

鲜酵母和干酵母有什么区别，怎么使用？

A：干酵母是鲜酵母经脱水干燥后的产物。存放的温度要求不高并且保质期长，使用方便。鲜酵母又称压榨鲜酵母，含水分较大，需在低温下保存，保鲜期为3个月，用量为一般干酵母的2～3倍，但鲜酵母一般不对家庭供应，不容易买到。

烤好的面包为什么不能马上吃？

A：刚出炉的面包含有二氧化碳，这是在发酵与烘焙过程中产生的。体内摄入二氧化碳容易胀气，会影响胃部消化。只有当面包的中心温度降至40℃左右，酵素作用才停止，此时面包中的二氧化碳已充分排出。所以，面包出炉两小时后再吃最好。

面包出炉后变硬，当天吃不完如何保存？

A：面包出炉放凉后，马上用塑料袋或密封盒装好以防止水分散失。面包最适合的存放温度是21～35℃，所以如果当天吃不完，放在室温保存就行。面包不要放在冰箱冷藏，低温容易加速面包的老化，使得口感变硬、组织粗糙容易掉渣。如果面包要存放一周以上，可以密封后放到冷冻室，食用时用微波炉化冻到室温，或者表面喷少许水再烘烤5分钟，面包依然新鲜。

面包面团一次烤不完怎么办？

A：如果面团分量较大，可以在基础发酵完成后将用不完的面团放入冰箱冷藏，或者分割后放入冰箱冷冻保存，延迟面团的发酵。在面团取出后，需要恢复室温后继续滚圆、松弛，然后整形，最后发酵，再烘烤。面团在5℃时可保存12小时，在-20℃时可保存48小时。需要注意的是，糖、油、酵母含量较低的面团不适合低温保存。

不粘纸、不粘布和锡纸的区别？

A：不粘纸是一种一次性的防粘防高温食品纸，用它垫在烤盘上，可以起到不粘和容易清理烤盘的作用。不粘布的作用跟不粘纸是一样的，不同之处是可以反复使用，优质不粘布的防粘效果要优于不粘纸。锡纸可以起到衬垫的作用，但是没有不粘的效果。

饼干制作技巧问答

我刚刚开始学习烘焙，觉得操作很复杂，该怎么入手学习？

A：非常欢迎你加入到烘焙爱好者的行列，每个烘焙初学者都有这样的经历，但是希望你就算遇到了困难，也不要轻言放弃，可以先了解一些简单的基础操作常识，以及烘焙材料工具的介绍。毫不犹豫地开始去操作才是真正认识烘焙的开始，饼干就是最好的入门选择。



一定要用秤精确地称量材料吗？

A：面粉、鸡蛋、牛奶、黄油和糖，这几样常见的烘焙材料构成了品种繁多的烘焙食品，这全靠不同材料的配比和操作过程来实现。所以，准确的称量是整个烘焙制作过程中最基础的要素，材料分量的不准确会导致各种材料在混合和烘烤时出现不同的结果，所以一定要使用食品秤、量杯或量匙这样的计量工具，认真地进行烘焙制作前的材料称重。

很多配方标明的烘烤温度是上火一个数值下火一个数值，我的烤箱没有这个功能怎么办？

A：这种配方的制作方法一般是针对商用烤箱而言，商用烤箱与家庭烤箱内部结构略有不同，要烘烤的烤盘或模具是直接放在烤箱底部的，所以通常都是下火温度低一些，上火温度高一些。如果上下火温度悬殊比较大，上火高就将烤盘放在烤箱的中偏上层，下火高就放在烤箱的中偏下层即可。



应该放在烤箱的哪层烘烤？

A：这应该根据不同的烘焙品而定，烘烤时间和温度都是有所差别的。基本的判断方法，应该视烘焙品的体积和厚度而定。大而厚的品种，比如体积较大的蛋糕、吐司等都可以放在烤箱的下层；小而薄的品种，如饼干、比萨饼等都可以放在烤箱的上层，而那些中等大小和厚度的品种，如杯状蛋糕、餐包、各种水果蛋塔等

可以放在烤箱的中层烘烤。

如果感觉糖的分量过大，可以根据自己的口味减少吗？

A：糖在烘焙中有很重要的作用，它的加入绝不仅仅是为烘焙品增加甜度，它除了能增加食品的甜味外，还对烘焙品的香味、色泽、组织柔软和涨润度、保湿性和保质期等都有重要的影响。所以如果过分地减少糖，也会对烘焙品的这些方面有影响。

书上出现了很多漂亮新奇的模具，我只有简单的几个，能通用吗？

A：模具的种类非常多，刚刚开始学习烘焙的时候置办几个最基本的模具就可以了。比如按材质分有金属的、纸质的、硅胶的，按形状分有圆的、方的、异型的，按结构分有活底和固定底的，按功能分有烤蛋糕的、烤面包的、烤塔派的、做慕斯的等等。没有大模子可以分别放在小蛋糕模具中，没有金属的也可以盛在纸杯里，总之模具只是让蛋糕的外形更漂亮，但不是制作成功的保证。不管用什么样的模具，蛋糕的配方比例合适，烘烤时的火候合适，蛋糕的口味是不会发生变化的。

为什么面粉都要过筛？

A：面粉具有很强的吸湿性，即使新买来的面粉中也会有些小结块，这样的面粉与牛奶、水等湿性材料混合时会不易搅拌均匀，会起小疙瘩，影响口感。过筛后就能避免这个问题，同时，过筛还能使未结块的面粉变得更蓬松，做出的饼干口感也就更加细腻。



为什么同一盘烤饼干有的颜色较深有的颜色较浅呢？

A：烤箱的内部温度不均匀是最主要的原因，这个问题可以采取中途调换烤盘的方向来轻松解决。另外，也有可能是你的饼干在制作时，大小薄厚比较悬殊，所以薄而小的饼干颜色就会比较重，大而厚的饼干颜色就会比较浅，每个的分量体积应该尽量相同，这样可以避免成品烘焙熟度不一。所以在烘烤的过程中，一定要密切关注饼干的变化，及时调整。

饼干底部容易煳是怎么回事？

A：虽然盛放饼干的烤盘都放在烤箱的中上层烘烤，但这样离上火更近的火力也远远不及接触金属烤盘的那一面来得猛烈。如果饼干煳底很严重，也是有办法进行调整的：第一，将烤盘尽量放在最上层；第二，在烤盘下再垫一个烤盘起隔热的作用；还不行的话，说明你的烤箱温度偏高，需要调低温度试一下。

蛋糕制作技巧问答

在烘焙前，鸡蛋或是黄油为什么要提前从冰箱中取出，放在室温状态下若干小时？

A：鸡蛋、黄油等烘焙食材储存在冰箱中是为了保证其新鲜的口感，更为了延长保存期限。但无论是鸡蛋还是黄油，过低的温度会影响它的打发效果。

蛋清在被充分打发时，以常温22℃时的效果最佳，在这种温度下搅打出来的蛋清泡沫体积最大且最为稳定，全蛋一般是在40℃左右时打发，可以得到浓稠最稳定的泡沫，所以直接从冰箱中取出的鸡蛋一定要放置在室温状态下，令鸡蛋充分回温，再进行打发，只有这样才能得到最好的打发效果。

而放在冰箱中的黄油，其质地会因冰箱温度过低而过于坚硬，难以被打发，所以更应该将黄油恢复至室温，至手指轻轻按压黄油表层，会出现凹陷的柔软度就可以了，但这时万万不可用加热的方式将黄油回温，因为黄油的熔点很低，稍微加热就很容易造成黄油熔化成液态，而无法进行打发。

烘焙西点时，黄油、鸡蛋、鲜奶油都需要打发，应选什么形状、什么材质的容器才比较合适？

A：首先要明白我们打发黄油、鸡蛋、鲜奶油的目的何在。打发就是需要借助电动打蛋器的不断快速搅打，将食材中拌入大量空气，使食材的体积膨胀数倍，更是令食材材质柔软细致的重要步骤。所以如果选用了有死角的容器来盛装食材，必然会有很多材料堆积在容器的边缘角落而无法被打发，这样就会严重影响烘焙成品的口感。所以在打发的过程中，一定要使用圆底而有深度的容器。



容器的材质，最好选用不锈钢或是玻璃制品，像铝或是塑料材质的容器，在电动打蛋器搅打食材的过程中，会不断与容器产生摩擦，容易使容器材料刮落，融入烘焙材料中，对人体会造成不良影响。

戚风蛋糕出炉后收缩的可能原因?

A：1.蛋清没有打至干性发泡。2.面粉拌入时过度搅拌导致出筋。3.烘烤时间不够久，蛋糕中还有大量的水气，判定的方式是你用手轻轻拍蛋糕的表面会很有弹性且没有沙沙的声音。此外可用细的竹签插入而没沾到湿湿的面糊。如此再烤5分钟就可出炉了。我通常有个经验是闻到蛋糕烘烤香味时再烤个十几分钟就差不多了。4.出炉的蛋糕可在桌面上震一下让水汽散出，并且倒扣至凉。这些步骤中，步骤4只适用于厚模型蛋糕，烤平盘蛋糕必须底部垫防粘纸，烤后即蛋糕脱去模型，撕开防粘纸平放待凉。其实奶油蛋糕是最容易烤焙的，初学者可由烘焙此种蛋糕开始。如果想做装饰生日蛋糕，可利用平盘烤戚风蛋糕，再以慕司环将蛋糕印出一片片再组合，这样可避免整个蛋糕被烤得凹凸不平。

为什么烤好的蛋糕表面会有裂纹?

A：蛋糕烤好会裂的主要原因是：底火太高或是蛋白打的比较，也可能是发泡打粉添加较多或是烤温较高等。操作时要注意几个关键点。

怎么判断蛋糕烤没烤熟?

A：通常配方所示时间和烘烤温度都能作为烘烤完成的一个参照，不确定的情况下，可以用竹扦子插入蛋糕中间再抽出来，如果没粘上湿黏的蛋糕糊就说明烤好了。还可以用手轻轻地拍两下蛋糕顶部，如果有沙沙的声音，或是手部明显感觉蛋糕内部很软不凝固，说明还没完全熟透，应该再继续烘烤一会儿。



为什么烤好的蛋糕会回缩?

A：这是因为烘焙时烤箱的温度过高，但是蛋糕的中心并没有烤透，这是蛋糕烤好后回缩的一个重要原因；另外如果是分蛋做法，蛋清打发得不到位或是混合时消泡也容易造成回缩；此外中途多次打开烤箱的门也会有影响。

为什么蛋糕烤好后内部有很多大孔洞，口感也比较硬?

A：面糊搅拌时内部气体过多，没有进行排气就放入烤箱烘烤。硬的原因有可能是搅拌方法不对，使面粉出筋造成的。

烘烤过程中蛋糕塌陷?

A：很多朋友烘烤好的蛋糕是塌陷的，主要有3点原因：1.鸡蛋和糖搅打不匀，面糊中面粉分散不均匀或是面糊沉淀在容器底部；2.面糊中液体的含量过多、鸡蛋搅打过头、面粉筋力不够等也会造成蛋糕塌陷。3.酵母粉没有提前过筛，颗粒较粗糙，和面粉混合后不均匀，最后导致蛋糕塌陷。



Part 02





草根学徒变面包师傅

手作面包，吃的是麦谷的本真味道

Bread

揉转小面团，手作面包让你大晒厨艺

教你做面包 Step By Step!

面包制作的七个步骤

第一步：搅拌面团

面团搅拌就是揉面，是决定面包制作成败的重要环节。面团经过搅拌使所有材料充分混合，通过不断地搅拌能使面粉中的蛋白质产生面筋，而面筋的多少、质量高低可以决定面团的弹性、吸水性和发酵耐力。根据面团搅拌的不同程度，有如下六个阶段，只有掌握了扩展阶段（即第三阶段）和完成阶段（即第四阶段）所描述的状态，才能做出成功的面包。




1. 拾起阶段，搅拌作用的第一阶段，使所有材料刚刚混合均匀，变成一份湿黏的面糊或面团。这时的面团表面十分粗糙和湿黏，完全没有弹性。




2. 卷起阶段，是搅拌的第二阶段，通过机器或手工的力量使水分被面粉颗粒均匀的吸收，开始形成面筋，面团表面变得不很湿润，但是还是会稍微粘手。这时面团的筋性还没有完成，表面也不算光滑。判断方法是当用手揪取时很容易断裂。





3. 扩展阶段，也就是第三阶段，即面团已经产生弹性，表面光滑，面筋已经扩展开，有一定的韧性，用手抻开面团，虽能抻出半透明的薄膜状，但是容易被抻破，破洞的周围呈不规则的锯齿形状。这时的面团已经能进行一般小面包的操作了。





4. 完成阶段，继续搅拌到第四阶段时面筋已经完全扩展，筋性更强韧，面团柔软又不会粘手，用双手抻开，可以拉出很薄的透明薄膜并且不容易抻破，如果出现破洞则破口四周是光滑的边缘。这说明面团已经搅拌得非常到位了，这时的状态适合制作吐司、水分大的风味面包等品种。如果到达了完成阶段，还继续揉的话，接下来的面团就已经揉过头不适合做面包了。

5. 搅拌过度，将已经搅拌完成的面团继续搅拌，则会发生面筋断裂，面团会变成粘手的薄丝状态。面筋断裂，这时的面团面筋完全断裂，面团表面会渗出很多水分，变得松懈且毫无弹性，会不断拉长。

第二步：基础发酵

发酵是决定面包制作成败的第一大重点因素。一般家庭制作时，可将面团放入容器中盖上盖子或湿毛巾，然后放入密闭的微波炉或烤箱中发酵，环境温度低时可以放入一盘热水，来模拟专业发酵箱的温度和湿度。判断发酵是否完成，除了看体积、看状态，还要检测面团，具体方法是：食指蘸些干面粉，插入到面团中心，抽出手指。如果凹孔很稳定，并且慢慢地开始收缩即表明发酵完成。





第三步：面团的排气、分割和滚圆

发酵好的面团，如果有很多大气泡，需要用手将这些气泡压出，这个过程称为排气。分割是根据配方的需要将大面团分割成小分量的面团，通常一个小面包的标准大小是60克。分割后的面团不能立即成型，必须要滚圆，通过滚圆使面团外表形成一层光滑的表皮，利于保留新的气体而使面团再次膨胀。滚圆时尽可能不用干面粉，以免面包内部出现大空洞，搓圆时用力要均匀并且迅速。







第四步：中间松弛

也称中间发酵，约10分钟。这个过程并不是要等面团发酵，而是让分割滚圆后的面团恢复柔软和弹性，便于整形，所以称为松弛更贴切。松弛时可以放在室温中，但要覆盖干净的湿毛巾。



第五步：整形

整形就是把经过中间松弛的面团做成需要的形状。某些复杂的整形手法花样繁多，初学者还需要多练习，毕竟整形是否到位跟前几个步骤的操作有密切的联系。



第六步：最后发酵

最后发酵，又称二次饧发。把整形好的面团排入烤盘，不再移动位置，放入温暖湿润处发酵至原体积的1.5～1.8倍。最后发酵的理想温度为35℃左右，湿度为75%，时间是30～45分钟。



第七步：烘烤

一般小面包的烘烤温度是180℃左右，放烤箱中偏上层烤约15分钟。吐司类烘烤温度是180℃左右，放烤箱中层烤约40分钟。起酥面包的烘烤温度为210℃左右，放烤箱中偏上层，烤约15分钟。

面包制作基础

面团发酵的四种不同方法

直接法

直接发酵法，即将所有的配方材料全部加入，一次性搅拌成需要的面团，再进行发酵、分割、整形和烘烤的方法。因为比较省时简便，这种方法使用得非常普遍，适合绝大部分的面包品种。本书中绝大多数面团是采用直接发酵法。

中种法

中种发酵法，也称间接发酵法、海绵发酵法等，是将一少部分材料搅拌成为中种面团，进行长时间的发酵后成为酵种，再与剩余的大部分材料混合，再次搅拌成团后进行操作的制作方法。因为中种面团不含糖、盐和油脂等影响酵母发酵的材料，所以酵母在第一次中种面团中发酵良好，使水分完全渗透于面粉之中，使其水含量增加，经过第二次搅拌后使面团达到更柔软、更细密的效果。并且中种法操作时间比较有弹性，中种面团的保存时间比较长，因而能够缩短主面团最后发酵的时间。

汤种法

汤种发酵法起源于日本，“汤”是开水、热水之意。“种”为种子之意。特点是将面粉和水混合加热，使面粉中的淀粉糊化，或者将热水冲入面粉，使其糊化。此糊化的面糊称为汤种。汤种再加其他材料经搅拌、发酵、整形、烘烤而成的面包称为汤种面包。汤种面包与其他面包最大的区别在于淀粉糊化使其吸水量增大，因此面包的组织更加柔软，具有弹性，可延缓老化。

免揉发酵法

免揉发酵法又称5分钟面包，起源于美国，因为超级省力气和制作方便而非常受家庭烘焙爱好者的欢迎。免揉法的面团不用揉面，而是靠大量的水分将面粉包裹浸泡，经过长时间的室温和低温发酵使得面粉液化出筋。虽然面筋的强度仍然不能与搅拌到位的面团相比，但是不用搅拌的做法也足够吸引人尝试。













面包制作基础

手工和机器揉面的方法

手工揉面

虽说用手揉面包面团很费力气，但用双手去感受面粉、面团每分钟的变化也是件很有乐趣的事情。

〔优点〕

❶ 省电，环保，无噪音。
❷ 揉面锻炼两不误，用力气的绝不仅仅是双手，还有双臂、背部甚至是全身。
❸ 最直接感受面团的状态。

〔缺点〕

❶ 分量受限制，通常面粉在350克以下适合用手操作。
❷ 比较占用时间，整个过程不能做其他事情。
❸ 如果力量、速度不足够的话，面团的状态达不到要求。

♥ 做法

1. 将粉类倒入操作台，在面粉中间挖一个小洞，放入酵母、糖和盐，再从中间加入水、牛奶或鸡蛋等湿性材料，水不要一次加足，留一杯底（5~15毫升）。

2. 用手慢慢将液体与粉类混合，逐渐由中心混合至面粉边缘，可借助刮板，将四周的面粉刮向中间，根据面团的软硬再决定要不要加入剩余的水。

3. 面粉和液体简单成团后，用双手用力揉搓3~5分钟，一开始面团很粘手，处于卷起阶段，需要用刮板将手上的面团刮下来，不要随便加干面粉。

4. 在揉面的过程中，可以用摔、搓、压、叠等动作交替，以促使面筋尽快形成，一旦面筋开始形成，面团便不粘手了，约10分钟可达到扩展阶段。

5. 将软化后的黄油切成小块加入面团中，一开始面团很滑，经过不断地揉搓，黄油会被面团完全吸收，约8分钟后可达到完成阶段。整个揉面的参考时间为25~35分钟。


1-1


1-2


2-1


2-2


3


4-1


4-2


4-3


4-4


4-5

大功率搅拌机

可以选用大功率的搅拌机（简称厨师机）来揉制面包面团，功率在700～1200瓦，容积在3～5升。

〔优点〕

❶ 功率大，转速快并且非常有力，可使揉面的时间减少到最短，并且达到最好的状态。

❷ 容量大，可以制作分量较大的面团。

❸ 省力气，只需要中途刮缸或检视面团2～3次即可。

〔缺点〕

❶ 价格高，多在2000元以上。

❷ 噪音大，使用高速搅拌面团时，声音很吵。

❸ 消耗水分大，打出的面团比较干。

♥ 做法

1. 将粉类放入搅拌缸内，在面粉中间挖一个小洞，在洞中放入酵母、糖和盐，分别撒放在面粉的周围，再从中间加入水、牛奶或鸡蛋等湿性材料。

2. 将搅拌缸装入机器，插上电源，选择低速（1～2速）搅拌约2分钟，至干性材料和湿性材料完全混合成团后，关闭电源，用刮刀或刮板将搅拌缸边缘的面粉和面团向中间归拢。

3. 调至中速（3～4速）搅拌面团5分钟，至面团略有筋性，可拉出较厚的筋膜，中间用刮刀刮缸一次，将黏在四周及底部的面团再次与中间部分混合均匀。

4. 加入切成小块的黄油，调至低速（1～2速）搅拌2分钟，使黄油能充分被面团吸收，中间刮缸一次。

5. 调至中高速（4～5速），继续搅拌面团3分钟左右，面团即可达到扩展阶段。

6. 在扩展阶段的基础上再继续以中高速（4～5速）搅拌2分钟左右，面团即可达到完成阶段。


1


2-1


2-2


2-3


3-1


3-2

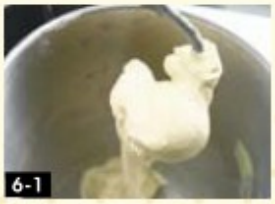

3-3


3-4


3-5


4


5


6-1


6-2


6-3

面包机

目前面包机在市场上很普遍，价格也较便宜，是代替手工揉面的一个选择。

〔优点〕

❶ 价格较便宜，多在300～700元。

❷ 操作时噪音小。

❸ 多用途，容量适中，除了可以用来单独揉面使用，也可以使用自带的全自动烘烤模式。

〔缺点〕

❶ 操作时间长，多需要30～40分钟才能把面团揉到需要的状态。

❷ 功率小，约300瓦，揉面的力度不够，且速度不能手动调节，搅拌好的面团弹性略差。

❸ 操作时机器自身会低温加热，导致面团本身的温度比较高。

♥ 做法

1. 将面包桶从面包机中取出，先放入面粉、奶粉等粉类，然后在面粉中间挖一个小洞，在洞中放入酵母、糖和盐，分别撒在面粉的左右两边，再从中间加入水、牛奶或鸡蛋等湿性材料。

2. 将面包桶装入机器，盖上盖，再插上电源，选择单独的揉面功能或是发面功能进行揉面。

3. 面包机搅拌一段时间后会自动停下来，这时应长按三秒钟“启动/停止键”使程序停止，否则机器会开始加热进入发酵状态。

4. 通常面包的揉面程序需15～20分钟，揉面停止后，应取出一小块面团测试，一般面包机的一个揉面程序都达不到面团的扩展阶段，所以这时可以加入黄油，再重新启动揉面程序搅拌一会儿，中间停下测试面团，达到需要的状态时即可关闭电源。

5. 一般的面包机搅拌面团到扩展阶段需要25～30分钟，到完全阶段需要30～40分钟，根据不同的面包机品牌、面团的不同配比、分量和季节等因素具体情况也会有所差异。

6. 需要注意的是，面包机在工作时机器会自动加热，所以可以中途打开盖子散热。


1-1


1-2


2


3


4-1


4-2

国明老师小叮咛

✕ 如果采用新鲜酵母制作面包，则必须先用温水将酵母溶解，才能使酵母活化。如果采用快速干酵母来制作，原则上可以省略这一步骤，把干酵母直接添加到面粉中，因为快速干酵母可以不经过活化过程而直接使用。但为了保险，也为了让酵母充分发挥其活性，建议还是把快速干酵母也先用温水溶解后再使用。



蜂蜜酸奶排包

Delicious

简单就是完美，返璞归真的美味。

■ 材料

A

高筋面粉……200克
低筋面粉……40克
糖……12克
盐……2克
酵母……4克
牛奶……70毫升
蜂蜜……30毫升
酸奶……70毫升

B

黄油……18克

C

全蛋液……10克
白芝麻……2克

面包工坊

- ♥ 参考份数：8寸方排包
- ♥ 制作方法：直接法
- ♥ 揉面方式：手工
- ♥ 所需模具：8寸方蛋糕模

■ 做法



1. 将A料混合揉成面团，再揉至面团弹性增加，表面光滑。



2. 将B料黄油在室温下放软，切小块加入面团，揉至黄油被完全吸收，且面团柔软有弹性，取一小块面团测试，慢慢抻开能拉出半透明的膜状，即扩展阶段。



3. 面团放入容器内，盖湿毛巾，放在温暖保湿处进行第一次发酵，约60～90分钟。

4. 将发酵至两倍大的面团取出，用双手轻压面团排出里面的大气泡；将面团平均分割成9份，大约为45～50克的小面团，揉圆，盖湿毛巾松弛10分钟。



5. 模具内涂抹黄油防粘，将9个小面团放入模具码均匀，再放入温暖湿润处进行第二次发酵约40分钟，面团发酵至1.5倍大；烤箱预热至180℃备用。



6. 在面包表面刷上蛋液，撒上少许白芝麻，放入烤箱中上层，烤15分钟左右至表面金黄即可。

经典墨西哥面包 Delicious

经典的墨西哥面包带来浓浓的异域风情！



材料

A

高筋面粉……200克
低筋面粉……40克
奶粉……5克
糖……10克
盐……1克
鸡蛋……30克
酵母……3克
牛奶……135毫升

B

黄油……20克

C

墨西哥面糊：

黄油……45克
糖粉……50克
鸡蛋……45克
低筋面粉……50克

面包工坊

- 参考份数：8个
- 制作方法：直接法
- 揉面方式：手工或是机器揉面
- 所需模具：小蛋糕模或者不用模具

■ 做法

1. 将A料混合揉成面团后，再揉至面团弹性增加、表面光滑，备用。

2. 将B料黄油切小块加入面团，继续揉至黄油被面团完全吸收，并且面团光滑有弹性，取一小块面团测试，慢慢抻开能拉出半透明的膜状，即为扩展阶段。

3. 面团放入容器内，盖湿毛巾，放在温暖保湿处进行第一次发酵，60～90分钟。



4. 制作墨西哥面糊，将C料中的黄油切小块，加入糖粉用打蛋器搅打均匀，将45克鸡蛋打散，分三次加入到黄油中，每加一点就要搅打均匀，让鸡蛋充分地被黄油所吸收，最后用粉筛筛入低筋面粉，再充分搅拌均匀，装入裱花袋备用。

5. 将发酵至两倍大的面团取出，用双手轻压面团排出里面的大气泡，将面团分割，约60克一个，揉圆，盖湿毛巾或保鲜膜松弛10分钟。



6. 在小蛋糕模具内涂抹一层黄油，将面团放入模具，再放入温暖湿润处进行第二次发酵约半小时，面团发酵至1.5倍大。

7. 烤箱预热至180℃。

8. 将制作好的墨西哥面糊以螺旋的方式挤在面包表面上，放入烤箱中上层，烤15分钟左右至表面金黄色即可。



小贴士

* 制作墨西哥面糊时，黄油加糖粉搅匀即可，无需打发。加入低筋面粉拌匀，不要拌太久。



肉桂苹果面包 Delicious

肉桂的香气，带你漫游浪漫国度。

■ 材料

A

高筋面粉……200克
奶粉……5克
盐……1克
酵母……3克
低筋面粉……40克
白糖……15克
鸡蛋……25克
水……145毫升

B

黄油……20克

C

苹果……2个
朗姆酒……5毫升
肉桂粉……2克
白糖……40克
柠檬汁……5毫升

D

全蛋液……20克

面包工坊

- ♥参考份数：10个
- ♥制作方法：直接法
- ♥揉面方式：手工
- ♥所需模具：面包或蛋糕纸杯

■ 做法

1. 将A料混合，揉成面团后，再揉10分钟左右至面团的弹性增加，表面光滑；鸡蛋打散成蛋液。

2. 将B料黄油切小块加入面团，继续揉至黄油被面团完全吸收，且光滑有弹性，取一小块面团测试，慢慢抻开能拉出半透明膜状即可。

3. 面团放入容器内，盖湿毛巾，放在温暖保湿处进行第一次发酵，60～90分钟。

4. 将C料中的苹果切成小丁，加糖，放入锅中加热，熬至苹果丁脱水变软变透明，加入柠檬汁和朗姆酒再继续加热，待浓稠后加入肉桂粉混合，熄火放凉后备用。



小贴士

* 苹果在煮制脱水后口感更好，加入朗姆酒、柠檬汁和肉桂粉都是为增加独特的风味，也可根据自己的喜欢略作调整。

5. 将发酵至两倍大的面团取出，用双手轻压面团排出里面的大气泡；将面团分割成45克的小面团，揉圆，盖湿毛巾松弛10分钟。



6. 将分割好的小面团排气，擀成圆形；将炒好的苹果馅料放在擀好的圆形面皮上，包好，滚圆。

7. 烤箱预热至180℃。

小贴士

* 分割的面团大小应该根据模具的大小而定，通常以模具体积是面团体积（为最后发酵体积）的一倍为适。

8. 将面团放入圆形纸杯中，发酵40分钟至1.5倍大；在发酵好的面团表面刷一层全蛋液，放入烤箱中上层，烤15分钟至面包呈金黄色即可。食用前，可以用巧克力液及糖粉装饰，也可让口感更好。



焦糖辫子面包 Delicious

各样的情绪细腻地编织在一起。



材料

A

白糖 …… 80克

鲜奶油 …… 80克

水 …… 40毫升

B

酵母 …… 6克

高筋面粉 …… 200克

奶粉 …… 10克

水 …… 55毫升

低筋面粉 …… 50克

全蛋液 …… 25克

C

黄油 …… 25克

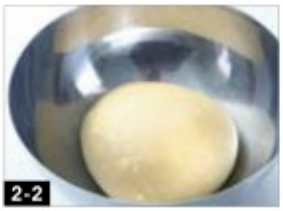
D

全蛋液（刷表面用） …… 20克

面包工坊

- 参考份数：2条
- 制作方法：直接法
- 揉面方式：手工
- 所需模具：烤盘


2-1


2-2


6-1


6-2


6-3


6-4


6-5


6-6


6-7


6-8


8-1


8-2

■ 做法

1. 将A料中的鲜奶油加热，然后将A料中的白糖和水放入小锅煮沸，煮至表面泡沫越来越多，颜色稍稍变黄时改成小火，随时观察，状态浓稠至蜂蜜状，颜色也开始由金黄变褐色时马上熄火；加入热的鲜奶油，搅拌均匀成焦糖糖浆，晾凉备用。

小贴士

* 因为加入了焦糖糖浆，面包具有独特的焦糖香味，并且面包表面的颜色也如同口味一样，都很独特。

2. 将B料和A料混合，揉成面团，揉至面团弹性增加，表面光滑。

3. 将C料黄油切小块加入面团，继续揉至黄油被面团完全吸收，并且面团光滑有弹性，取一小块面团测试，慢慢抻开能拉出半透明的膜状，即为扩展阶段。

小贴士

* 根据焦糖的浓度不同，需要的水的分量可能会有增减，以实际操作时面团能达到扩展阶段为准。

4. 面团放入容器盖湿毛巾，放在温暖保湿处进行第一次发酵，60～90分钟。

5. 将发酵至两倍大的面团取出，用双手轻压面团排出里面的大气泡，滚圆，平均分割成8份，揉圆后盖湿毛巾松弛10分钟。

6. 将小面团搓成两头尖中间粗的20厘米长的长条，四条为一组，将一头粘住，然后按照4压2（第四条压住第二条），1压3，2压3，然后再重复4压2，1压3，2压3，依次编成4股辫，两头弯成新月形，放在烤盘上，再发酵至1.5倍大。

小贴士

* 编4股辫的目的是使辫子的三面均有相同的纹路，在编制时几压几的顺序均是以当前看到的面条的顺序为准。

7. 烤箱预热至180℃。

8. 在发酵好的面团表面刷一层全蛋液，放入烤箱中上层，烤15分钟至面包呈黄褐色即可。



面包工坊

- 参考份数：6个
- 制作方法：直接法
- 揉面方式：手工
- 所需模具：烤盘

小熊巧克力面包 Delicious

花样面包，创意无极限！

材料

A

高筋面粉	200克
低筋面粉	40克
鸡蛋	25克
牛奶	150毫升
酵母	3克
糖	40克
奶粉	10克
可可粉	10克

B

小块黄油	25克
巧克力豆	100克
全蛋液	20克
片状奶酪	1片

做法

1. A料混合揉成面团后，加入小块黄油，揉至扩展阶段；盖湿毛巾，进行第一次发酵。
2. 将发酵好的面团取出，分割成50克和15克的小面团，揉圆后盖湿毛巾松弛10分钟。
3. 大面团压扁，包入巧克力豆，揉圆，稍压扁成圆形做头；小面团搓成5厘米长条，两端对折捏紧成小圆形做耳朵。
4. 将小熊面坯放在温暖处，再次发酵至膨胀1.5倍。
5. 面坯表面刷蛋液，将奶酪片刻出大小圆形，做小熊的鼻子和眼睛，巧克力豆做眼珠。
6. 放入烤箱以180℃烤15分钟即可。

巧克力葡萄面包 Delicious

味道好极啦！空气中飘散着可可浓郁的香气。



面包工坊

- ♥ 参考份数：16个
- ♥ 制作方法：直接法
- ♥ 揉面方式：手工
- ♥ 所需模具：心形蛋糕模

■ 材料

A

高筋面粉……200克
低筋面粉……40克
可可粉……10克
鸡蛋……25克
牛奶……150毫升
酵母……3克
糖……40克
奶粉……10克

B

黄油小块……25克
朗姆酒……60克
葡萄干……60克
全蛋液（刷表面用）……20克

■ 做法

1. 葡萄干提前浸泡在朗姆酒中两小时以上，捞出，沥干水分。
2. A料混合揉成面团后，加入黄油小块，揉至扩展阶段；盖湿毛巾，进行第一次发酵。
3. 将发酵好的面团取出，滚圆，分割成30克的小面团，揉圆盖湿毛巾松弛10分钟。
4. 将小面团压扁包入葡萄干，封口后搓成长条，中心用筷子纵向压出折痕，将两头横折，放入模具再发酵至1.5倍大，烤箱预热至180℃。
5. 在发酵好的面团表面刷层全蛋液，放入烤箱中层，烤15分钟至面包呈焦糖色即可。



肉桂葡萄面包卷 Delicious

柔软又好吃的经典美味早餐。

■ 材料

A

高筋面粉……300克
鸡蛋……45克
酵母……5克
盐……3克
糖……60克
奶粉……10克
牛奶……195毫升

B

黄油……40克

C

葡萄干……60克
白兰地酒……60毫升
肉桂粉……1克

D

全蛋液……20克

面包工坊

- ♥ 参考份数：16个
- ♥ 制作方法：直接法
- ♥ 揉面方式：机器
- ♥ 所需模具：烤盘


6-1


6-2


6-3


6-4


6-5


7

■ 做法

1. 将A料混合放入搅拌缸，用低速搅打至成团，关闭电源用刮板刮一下搅拌缸周围，使面团归拢，再改中速搅打至面团弹性增加，表面光滑。

小贴士

* 大功率搅拌机的快速搅拌会使得水分挥发较快，所以要适当增加液体的用量，如果改成手工揉面或面包机操作可以适当减少一点液体。

2. 将B料黄油切小块加入面团，继续搅打至黄油被面团完全吸收，并且面团光滑有弹性，取一小块面团测试，慢慢抻开能拉出半透明的膜状，即扩展阶段。

3. 面团放入容器内，盖湿毛巾，放在温暖保湿处进行第一次发酵，60～90分钟。

4. 将C料中的葡萄干和白兰地酒混合均匀，浸泡约1小时后沥干水分备用。

小贴士

* 葡萄干用酒浸泡后风味更加浓郁，如果没有白兰地，可以朗姆酒或白葡萄酒代替。

5. 将发酵至两倍大的面团取出，用手轻压面团排出里面的大气泡，压扁后松弛10分钟。

6. 将面团用擀面杖擀成长方形，撒上适量葡萄干和肉桂粉，卷成卷，切割成16等份；每个小面团中间用筷子纵向压一个压痕，排入烤盘做最后发酵；烤箱预热至180℃。

7. 在发酵好的面团表面刷一层全蛋液，放入烤箱中层，烤15分钟至面包呈金黄色即可。



椰蓉面包卷 Delicious

享受为面包造型的乐趣。

■ 材料

A

高筋面粉……300克
鸡蛋……1个
酵母……5克
盐……3克
糖……60克
奶粉……15克
水……185毫升

B

黄油……30克

C

黄油……50克
糖粉……50克
鸡蛋……1个
椰蓉……100克

D

全蛋液（刷表面用）……20克

面包工坊

- 参考份数：8个
- 制作方法：直接法
- 揉面方式：机器
- 所需模具：烤盘

■ 做法

1. 将A料混合放入搅拌缸，用低速搅打至成团，关闭电源，用刮板刮一下搅拌缸周围，使面团归拢，再改中速搅打至面团弹性增加，表面光滑。

小贴士

* 第一步一定要做好，这关系到后面面团的状态。面团揉好后，发酵也是一个关键点，一定要发至原来的两倍大，否则面包不会十分美味。

2. 将B料黄油切小块加入面团，继续搅打至黄油被面团完全吸收，并且面团光滑有弹性，取一小块面团测试，慢慢抻开能拉出半透明的膜状，即扩展阶段。

3. 面团放入容器内，盖湿毛巾，放在温暖保湿处进行第一次发酵，60～90分钟。



4. 将C料中的黄油和糖粉充分混合，用打蛋器打发，分两次加入蛋液，每加入一点都搅拌均匀，最后加入椰蓉拌匀成馅料备用。

5. 将发酵至两倍大的面团取出，用手轻压面团排出里面的大气泡，压扁后松弛10分钟。

小贴士

* 给面团排气的过程非常重要，经过这道工序揉出的面团非常细腻，烘焙而成的面包的口感也会更松软！



6. 将面团用擀面杖擀成长方形，铺一层椰蓉馅，卷成直径约3厘米的卷，分割成约长10厘米的段，每段再切5刀，注意靠边的地方不切断，将切断的面朝上翻转，头尾相接成花瓣状，排入烤盘最后发酵；烤箱预热至180℃。



7. 在发酵好的面团表面刷一层全蛋液，放入烤箱中上层，烤10～15分钟至面包表面变为金黄色即可。



花生酱面包卷 Delicious

最爱花生酱，香到停不下来！

■ 材料

A

高筋面粉……200克

牛奶……140毫升

奶粉……10克

B

黄油……25克

低筋面粉……40克

酵母……3克

盐……1克

C

花生酱……80克

D

全蛋液……15克

面包工坊

- ♥ 参考份数：4个
- ♥ 制作方法：直接法
- ♥ 揉面方式：手工
- ♥ 所需模具：三色面包圈

■ 做法

1. 将A料混合，揉成面团后，再揉至面团的弹性增加，表面光滑。

2. 将B料中的黄油在室温下放软，切小块加入面团，继续揉至黄油被面团完全吸收，并且面团更细腻柔软有弹性，取一小块面团测试，慢慢抻开能拉出半透明的膜状，即扩展阶段。

小贴士

* 此款面包要想口感达到最佳状态，是绝对不要加糖的，因为花生酱本身就很甜，加糖会影响面包的口感，况且低糖更有益于健康哦！

3. 面团放入容器内，盖湿毛巾，放在温暖保湿处进行第一次发酵，60～90分钟。

4. 将发酵至两倍大的面团取出，用双手轻压面团排出里面的大气泡，压扁后松弛10分钟。



小贴士

* 选用带颗粒的花生酱口感会更好。

5. 将面团擀成1厘米厚的片状，均匀地抹上花生酱，卷成卷，捏紧封口，平均分割成12个，每个面包圈排入3个，放入烤盘进行第二次发酵约40分钟，面团发酵至1.5倍大。

6. 烤箱预热至180℃。



小贴士

* 改成其他的果酱也可以，大量地使用果酱时，最好用耐烘烤的果酱品种，以免烘烤时外漏。

7. 在面包表面刷上全蛋液，放入烤箱中上层，烤15分钟左右至表面金黄色即可。

巧克力菠萝包 Delicious

向你微笑的可爱面包。



材料

A

高筋面粉……200克
低筋面粉……40克
鸡蛋……25克
牛奶……150克
酵母……3克
糖……40克
奶粉……10克
盐……1克

B

黄油……25克

C

菠萝皮：

黄油……45克
糖粉……45克
全蛋液……30克
奶粉……5克
低筋面粉……80克
可可粉……5克
盐……1克

D

馅：

蜜豆……80克

E

全蛋液（刷表面用）……20克

面包工坊

- 参考份数：8个
- 制作方法：直接法
- 揉面方式：手工
- 所需模具：烤盘

■ 做法

1. 将A料混合，揉成面团后，再揉10分钟左右至面团稍有筋度的面筋扩展阶段。
2. 将B料黄油切小块加入面团，继续揉至黄油被面团完全吸收，并且面团光滑有弹性，取一小块面团测试，慢慢抻开能拉出半透明的膜状，即为扩展阶段。
3. 面团放入容器内，盖湿毛巾，放在温暖保湿处进行第一次发酵，60～90分钟。
4. 将C料中的黄油和糖粉混合，分两次加入蛋液，用打蛋器搅拌均匀，再加入奶粉、低筋面粉和可可粉、盐拌匀成巧克力菠萝皮；包裹保鲜膜松弛20分钟。
5. 将发酵好的面团取出，轻压面团排出里面的气泡，将面团分割成60克的小面团，揉圆，盖湿毛巾松弛10分钟。
6. 将面包小面团擀成圆片，包入D料的蜜豆馅约10克，将底部封口粘紧，再揉圆。
7. 将菠萝皮分割成30克一个，压扁，覆盖在成形的面包上，覆盖一半。
8. 用刮板在菠萝皮上划菱形刀纹，将面包码入烤盘，再放入温暖湿润处进行第二次发酵约半小时，面团发酵至1.5倍大小；烤箱预热至180℃。

小贴士

* 菠萝包的外皮香甜酥软，可以变换成原味、抹茶等其他口味。
* 一般菠萝皮和面团的比例为1：2。

9. 在面包表面刷上全蛋液，放入烤箱中上层，烤15分钟左右烤熟即可。


4-1


4-2


4-3


4-4


6-1


6-2


6-3


6-4


7-1


7-2


8


9


汤种全麦吐司 Delicious
一款颠覆对全麦面包看法的吐司面包。
Topical

■ 材料

A

高筋面粉……210克
全麦面粉……60克
酵母……5克
糖……25克
盐……4克
鸡蛋……20克
水……85毫升
汤种……70克

B

黄油……28克

C

全蛋液（刷表面用）……20克

面包工坊

- ♥ 参考份数：1个
- ♥ 制作方法：汤种法
- ♥ 揉面方式：搅拌机
- ♥ 所需模具：450克吐司模

■ 做法

1. 将A料放入搅拌缸，用低速搅打至成团，关闭电源用刮板刮一下搅拌缸周围，使面团归拢，再改中速搅打至面团弹性增加，表面光滑。

2. 将B料黄油切小块加入面团，继续低速搅打至黄油被面团完全吸收，并且面团光滑有弹性，改高速搅拌至面团完全扩展；搅拌到位的面团虽然柔软但不会粘手，可取出一小块面团测试，用双手抻开，拉出透明薄膜并且不容易抻破，如果出现破洞则破口四周是光滑的边缘。



3. 面团放入容器内，盖湿毛巾，放在温暖保湿处进行第一次发酵，约60～90分钟。

4. 将发酵至两倍大的面团取出，用手轻压面团排出里面的大气泡，用秤称量后分成均匀的两块，滚圆，松弛10分钟。



5. 将面团用擀面杖擀成椭圆形，两边向中间折叠一部分，以面包模宽度为准，再擀至长度约25～30厘米，卷成卷，排入吐司模做最后一次发酵。

6. 烤箱预热至180℃。

7. 在发酵好的面团表面刷一层全蛋液，放入烤箱下层，烤35分钟左右即可。



小贴士

* 吐司的烤制时间较长，需要中途多观察，如果表面颜色已经达到成品状态可以用锡纸盖住表面再继续烘烤。



南瓜迷你吐司 Delicious

拥有天然健康肤色的迷人吐司。

■ 材料

A

高筋面粉……250克
糖……25克
酵母……3克
蛋黄……25克
南瓜泥……100克
盐……4克
水……60毫升
奶粉……10克

B

黄油……20克

C

全蛋液（刷表面用）……20克

面包工坊

- ♥ 参考份数：4个
- ♥ 制作方法：直接法
- ♥ 揉面方式：搅拌机
- ♥ 所需模具：迷你吐司模

■ 做法



1. 将A料放入搅拌缸，用低速搅打至成团，关闭电源用刮板刮一下搅拌缸周围，使面团归拢，再改中速搅打至面团弹性增加，表面光滑。

2. B料黄油切小块加入面团，低速搅打至黄油被面团吸收，改高速搅拌至面团完全扩展；搅拌到位的面团很柔软但是不粘手，取出一小块面团测试，用双手抻开，可以拉出很薄的透明薄膜并且不容易抻破，如出现破洞则破口四周是光滑的边缘。

3. 面团放入容器内，盖湿毛巾，放在温暖保湿处进行第一次发酵，60～90分钟。

小贴士

* 配料中的水分应根据南瓜本身的含水量多少略作调整。



4. 将发酵至两倍大的面团取出，用手轻压面团排出里面的大气泡，用秤称量后分割成90克一个的面团，滚圆，松弛约10分钟。



5. 将松弛好的面团再滚圆一次，排入吐司模做最后发酵；烤箱预热至180℃。



6. 在发酵好的面团表面刷一层全蛋液，放入烤箱中层，烤20分钟左右即可。

小贴士

* 南瓜去皮、子，蒸熟放凉后碾成泥。


白吐司 Delicious
带给你最天然的面包香气。

■ 材料

A

高筋面粉……230克
低筋面粉……60克
糖……27克
盐……4克
奶粉……10克
酵母……6克
水……160毫升
蛋清……30克

B

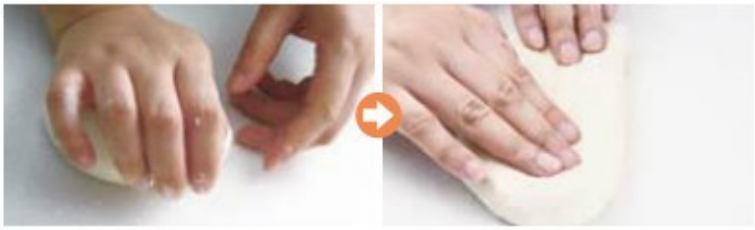
黄油……27克

面包工坊

- ♥ 参考份数：1个
- ♥ 制作方法：直接法
- ♥ 揉面方式：搅拌机
- ♥ 所需模具：450克吐司模

■ 做法

1. 将A中所有材料放入搅拌缸，用低速搅打至成团，关闭电源用刮板刮一下搅拌缸周围，使面团归拢，再改中速搅打至面团弹性增加，表面光滑。



2. 将B料黄油切小块加入面团，继续低速搅打至黄油被面团完全吸收，并且面团光滑有弹性，改高速搅拌至面团完全扩展，搅拌到位的面团虽然很柔软但是不会粘手，可以取出一小块面团测试，用双手抻开，可以拉出很薄的透明薄膜并且不容易抻破，如果出现破洞则破口四周是光滑的边缘。

3. 面团放入容器内，盖湿毛巾，放在温暖保湿处进行第一次发酵，60～90分钟。将发酵好的面团取出，轻压排出气泡，分成均匀的4块，滚圆，松弛10分钟。





4. 将面团用擀面杖擀成椭圆形，两边向中间折叠一部分，以面包模宽度为准，再擀至30厘米，卷成卷，排入吐司模做最后发酵。

5. 烤箱预热至180℃。



6. 面团发酵好后将盖子盖上，放入烤箱下层，烤35分钟左右即可。

悦己杂志书刊 shop118226363



双色吐司 Delicious

漂亮的双色吐司真是让人眼前一亮啊。

材料

A

高筋面粉……200克
奶粉……5克
糖……35克
鸡蛋……30克
酵母……4克
牛奶……110毫升

B

高筋面粉……185克
可可粉……15克
糖……35克
鸡蛋……30克
酵母……4克
牛奶……110毫升

C

黄油……40克
全蛋液（刷表面用）……20克

做法

1. 将A料、B料分别放入面包桶，搅至成光滑面团。
2. 黄油切小块加入两个面团中，低速搅打至黄油被面团吸收，改高速搅拌至面团扩展。
3. 两种面团分别用容器盛放进行基础发酵，发至原来两倍大。将发酵好的面团取出，轻压排气，滚圆，松弛10分钟。
4. 面团分别擀成长方形，叠在一起卷成卷，排入模具做最后发酵；烤箱预热至180℃。
5. 在发酵好的面团表面刷一层全蛋液，烤30分钟即可。



胡萝卜吐司 Delicious

健康，我们都需要！

■ 材料

A

高筋面粉……300克
胡萝卜泥……90克
酵母……5克
奶粉……10克
水……110毫升
盐……3克
鸡蛋……30克
糖……30克

B

黄油……24克

C

全蛋液（刷表面用）……25克

■ 做法

1. 将A中所有材料放入搅拌缸，搅打成团，再继续搅打至面团弹性增加，表面光滑。
2. 将B料黄油切成小块加入面团，继续搅拌至面团完全扩展，放在温暖湿润处发酵。
3. 将发酵至两倍大的面团取出，用手轻压面团排出里面的大气泡，分割成两份，滚圆，松弛10分钟。
4. 将两块面团用擀面杖擀成长椭圆形，卷成卷，排入吐司模做最后发酵，至1.5倍大小。
5. 烤箱预热至180℃。
6. 在发酵好的面团表面刷一层全蛋液，放入烤箱下层，烤30分钟左右即可。



法棍

Delicious

要做一根“内外兼修”的好棍子!

■ 材料

中筋面粉……280克
全麦面粉……20克
水……205毫升
酵母……2克
盐……5克

面包工坊

- ♥参考份数：2个
- ♥制作方法：直接法
- ♥揉面方式：面包机
- ♥所需模具：法棍模

■ 做法


1-1


1-2


2-1


2-2


3-1


3-2


4-1


4-2


6-1


6-2

小贴士

* 因为面团用酵母的分量很少，所以发酵时间和面团膨胀的体积都会跟其他面包有所不同。

1. 将所有材料混合加入面包桶，搅拌至面团基本达到扩展阶段，面团会比较湿，不要随意添加干粉。

小贴士

* 面团会比较湿黏，在整形操作时，双手和操作台要适量的撒些干面粉防黏。

2. 手蘸干粉将面团取出，放入容器内，在温暖湿润处发酵大约120～150分钟至体积膨大1.5倍。

3. 取出发酵好的面团，将面团用手轻轻压下气泡成饼状排气，盖湿毛巾松弛10分钟。

4. 做法棍的整形，将面饼折三折，分别是上下两边朝中间折，然后松弛2分钟，中间再对折。

5. 如果长度不够，再折一次三折和对折。

6. 将整形好的长面团放入模具中发酵，至面团膨胀1.2倍，用面包割口刀在表面划上几刀。

7. 烤箱预热至200℃；烤盘放入烤箱中上层，在面包表层喷些热水，烘烤20分钟左右至表面呈褐色即可。



蒜味佛卡夏 Delicious

佛卡夏是一款源自意大利北部的家常面包。

■ 材料

A

高筋面粉……150克
低筋面粉……60克
糖……10克
酵母……3克
盐……2克
水……120毫升
橄榄油……20毫升

B

表面用橄榄油……5毫升
大蒜……6瓣
黑橄榄……6个
香肠……2根
迷迭香……1克
盐……1克

面包工坊

- ♥ 参考份数：1个
- ♥ 制作方法：直接法
- ♥ 揉面方式：手工
- ♥ 所需模具：烤盘

■ 做法

1. 将A料混合，揉成面团，再揉10分钟左右至面团稍有筋度的面团扩展阶段。

2. 面团放入容器内，盖湿毛巾，放在温暖保湿处进行基础发酵，60～90分钟。

小贴士

* 面团在整成饼状时也可以不用擀面杖，用手按压抻拽成需要的厚度。



3. 将大蒜、黑橄榄和香肠切片备用。

4. 将发酵至两倍大的面团取出，用双手轻压面团排出里面的大气泡，继续揉匀，将面团揉成饼状的时候，再将其放在温暖处松弛10分钟。











小贴士

* 表面的材料可以根据自己的喜好略作调整，如果用粗粒海盐代替食用盐会更有风味。

5. 将面团擀成0.5厘米厚的片状，表面刷些橄榄油，在面饼上均匀地剪些小口，然后均匀地在小口里面码入蒜片、橄榄片和香肠片，最后撒些盐和迷迭香，放入烤盘进行最后发酵。

6. 烤箱预热至190℃。

7. 将已经发酵好的面团放入烤箱中上层，烤10分钟左右至表面变为黄褐色即可。



五谷杂粮面包 Delicious

充满五谷杂粮的浓郁麦香。

材料

A

高筋面粉……160克
低筋面粉……40克
杂粮粉……60克
糖……13克
水……160毫升
盐……6克
酵母……3克

B

黄油……15克

C

装饰杂粮……40克

D

蛋清液（刷表面用）……10克

面包工坊

- 参考份数：8个
- 制作方法：直接法
- 揉面方式：搅拌机
- 发酵次数：2次
- 所需模具：烤盘

■ 做法

1. 将A中材料混合，搅拌至面团的扩展阶段。

小贴士

* 杂粮粉营养丰富，但是口感都较粗糙，加入适量的比例做成面包能提高面包的营养保健功能。

2. 将B料中的黄油切小块，加入面团，继续搅拌至黄油被面团完全吸收，并且呈完成阶段。



3. 面团放入容器内，盖湿毛巾，放在温暖保湿处进行基础发酵，60－90分钟。



4. 将发酵至两倍大的面团取出，用双手轻压面团，排出里面的大气泡，平均分割成8份，滚圆后盖湿毛巾松弛10分钟备用。





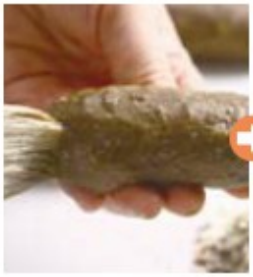


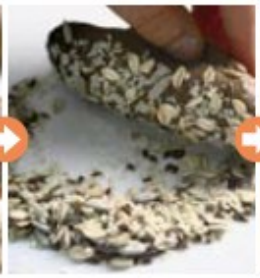
小贴士

* 杂粮粉的比例不可加入太多，否则会影响面团的状态。

5. 松弛好的面团擀开成圆形，再卷成橄榄状，排入烤盘放入温暖湿润处进行第二次发酵，约半小时，面团发酵至膨胀1.5倍。

6. 烤箱预热至180℃。







7. 在发酵好的面团表面刷一层蛋清液，沾上装饰杂粮，装烤盘放入烤箱中上层，烤15分钟左右即可。

小贴士

* 面团含水量高，成品的洞洞就多。有张力，有嚼头。味道混合了杂粮的微苦的香味，天然酵种的微酸，和面粉的微甜，互补得恰到好处，非常完美，当然也很健康。

南瓜芝心贝果 Delicious

慢慢嚼，越嚼越香，感受那份纯粹粮食的香气！



材料

A

高筋面粉……150克

低筋面粉……100克

南瓜泥……80克

糖……10克

盐……4克

水……60毫升

酵母……2.5克

B

黄油……5克

C

奶油奶酪……80克

糖……10克

D

煮贝果用的糖水：

水……1000毫升

糖……50克

面包工坊

- 参考份数：6个
- 制作方法：一次发酵法
- 揉面方式：机器
- 所需模具：烤盘

■ 做法





















小贴士

* 贝果最大的特色就是在烘烤之前先用沸水将成形的面团略煮一下。经过这道加工步骤之后，贝果会产生一种特殊的韧性和风味，外皮脆脆的而内里又很有嚼劲。

1. 将A料放入搅拌缸，搅拌至面筋扩展阶段。
2. 将B料黄油加入面团，继续揉至黄油被面团完全吸收，呈完成阶段。
3. 将面团分割成6份，松弛5分钟。
4. 将奶油奶酪和糖混合均匀，用打蛋器搅打顺滑备用。
5. 将已经分割好的面团擀成长椭圆形，在中间放入奶酪馅，卷成卷，搓成25厘米长的细条。
6. 把面条的头部擀成片状，然后将尾部围过来，将片状包裹住尾部，粘紧成环形。

小贴士

* 贝果发酵时要放在蒸笼的纱布上可以很好地防粘，以免在拿取时变形。

7. 烤盘垫上蒸笼用的纱布，把做好的环状贝果放在纱布上，放温暖湿润处发酵约30分钟至体积膨胀。
8. 发酵完成后，烤箱预热至200℃。
9. 锅中放入1000克水和50克糖，煮沸后放入发酵好的贝果，煮1分钟，中途翻面，煮好捞出，沥干水分排入烤盘。

小贴士

* 贝果煮好后沥干水分要马上送入烤箱烘烤。

10. 烤盘放入烤箱中层，烤约20分钟即可。

小贴士

* 加入的水的分量要根据南瓜泥的含水量调整。

美食攻略

漂亮的竹篮里面盛满金黄的南瓜芝心贝果，绝对是幸福的视觉享受！


芝麻奶酪贝果
Delicious
弹牙又有嚼头的经典贝果。

■ 材料

A

高筋面粉……150克

酵母……2克

盐……4克

芝麻……5克

低筋面粉……100克

糖……8克

水……125毫升

B

黄油……5克

C

奶酪……80克

D

煮贝果用糖水：

糖……75克

水……1500毫升

面包工坊

- ♥ 参考份数：8个
- ♥ 制作方法：一次发酵法
- ♥ 揉面方式：搅拌机
- ♥ 所需模具：烤盘

■ 做法



1. 将A料放入搅拌缸，搅拌至面筋扩展阶段备用。



2. 将B料黄油加入面团，继续搅拌至黄油被面团完全吸收，呈完成阶段。



3. 面团分6份，松弛5分钟；奶酪切丁。



4. 将分割好的面团擀成长椭圆形，在中间放入奶酪丁，卷成卷，搓成25厘米长的细条。



5. 用擀面杖把面条的头部擀成片状，然后将尾部围过来，将片状包裹住尾部，粘紧成环形。

6. 烤盘垫上蒸笼用的纱布，把做好的环状贝果放在纱布上，放于温暖湿润处发酵约30分钟。

7. 发酵完成后，烤箱预热至200℃。

小贴士

* 奶酪选用的是硬质奶酪。



8. 锅中放入1500毫升水和75克糖，煮沸后放入发酵好的贝果，煮1分钟，中途翻面，煮好捞出，沥干水分，排入烤盘。

9. 烤盘放入烤箱中层，烤约20分钟即可。



洋葱面包 Delicious

花点时间也值得的可口面包。

■ 材料

A

中种面团：

中筋面粉……125克

水……80毫升

酵母……1克

盐……2克

B

主面团：

中种面团……80克

高筋面粉……150克

中筋面粉……150克

酵母……2克

盐……9克

水……100毫升

鲜洋葱……80克

C

干面粉……适量

面包工坊

- ♥ 参考份数：1个
- ♥ 制作方法：中种法
- ♥ 揉面方式：搅拌机
- ♥ 发酵次数：2次
- ♥ 所需模具：藤篮

■ 做法

















1. 中种面团的做法：将A料中的所有材料混合搅拌成团，搅拌的阶段在扩展阶段之前稍微光滑；滚圆后放入容器密封，在室温中发酵90分钟左右，或放在冰箱冷藏6～18小时。

2. 将中种面团取出，取80克切小块，跟B料的所有材料混合搅拌成团，最终搅拌至面团光滑有弹性的完成阶段。

3. 面团放入容器内，盖湿毛巾，放在温暖保湿处进行第一次发酵，45～70分钟。

4. 将发酵好的面团取出，用双手轻压面团排出里面的大气泡，揉圆后，盖湿毛巾松弛10分钟。

5. 藤篮内先撒一层干面粉防粘，同时将松弛好的面团顶部也撒满干面粉，然后倒扣在藤篮中，放入温暖湿润处进行第二次发酵约半小时，面团发酵至膨胀1.5倍。

6. 将烤箱预热至200℃，放入烘焙石板同时预热。

7. 把发酵好的面团从藤篮中取出，放在烤盘纸上，然后用锋利的面包割口刀划出花纹，连同烤盘纸放在预热好的石板上进行烘烤，放入烤箱中层，在面团表面喷些热水，然后关好烤箱门，烤约35分钟至表面略变黄褐色即可。

shop118226363

葱香香肠面包 Delicious

葱香飘飘的面包花。



■ 材料

A

高筋面粉……200克
低筋面粉……40克
奶粉……5克
糖……18克
盐……3克
鸡蛋……25克
酵母……3克
水……140毫升

B

黄油……18克

C

香肠……8个
香葱末……1大匙

D

全蛋液（刷表面用）……10克

面包工坊

- ♥ 参考份数：8个
- ♥ 制作方法：直接法
- ♥ 揉面方式：手工
- ♥ 所需模具：烤盘

■ 做法

1. 将A料混合，揉成面团后，再揉至面团的弹性增加，表面光滑。

2. 将B料黄油在室温下放软，切小块加入面团，继续揉至黄油被面团完全吸收，并且面团更细腻柔软有弹性，取一小块面团测试，慢慢抻开能拉出半透明的膜状，即扩展阶段。

小贴士

* 根据所选用的香肠来调整每个小面团的大小。

3. 面团放入容器内，盖湿毛巾，放在温暖保湿处进行第一次发酵，60～90分钟。

4. 将发酵至两倍大的面团取出，用双手轻压面团排出里面的大气泡；将面团平均分割成8份，揉圆，盖湿毛巾松弛10分钟。



5. 将小面团擀成长椭圆形，放入香肠，捏紧封口，然后用刀切5～6刀，不要切断另外一边的面皮，然后将每小段香肠翻转朝上，围成一圈，排入烤盘放温暖湿润处进行最后发酵约40分钟，面团发酵至1.5倍大。

6. 烤箱预热至180℃。

7. 在面包表面刷上全蛋液，撒上香葱末，放入烤箱中上层，烤15分钟左右至表面金黄即可。



小贴士

* 如果用干燥的香葱末代替新鲜的香葱，味道会更浓郁。

番茄奶酪面包 Delicious

恋上番茄，乐在其中……



■ 材料

A

高筋面粉……200克
低筋面粉……40克
奶粉……5克
糖……18克
盐……3克
鸡蛋……25克
酵母……3克
水……135毫升
橄榄油……20毫升

B

番茄……2片
奶酪……8片
意大利混合香草……适量

C

全蛋液（刷表面用）……10克

面包工坊

- ♥ 参考份数：8个
- ♥ 制作方法：直接法
- ♥ 揉面方式：手工
- ♥ 所需模具：纸模

■ 做法

1. 将A料混合，揉成面团后，再揉至面团更细腻柔软有弹性，取一小块面团测试，慢慢抻开能拉出半透明的膜状，即扩展阶段。

2. 面团放入容器内，盖湿毛巾，放在温暖保湿处进行第一次发酵，60～90分钟。



3. 将发酵至两倍大的面团取出，用双手轻压面团排出里面的大气泡；将面团平均分割成8份，揉圆，盖湿毛巾松弛10分钟。



4. 将小面团再揉圆，放入面包纸模，排入烤盘放温暖湿润处进行最后发酵约40分钟，面团发酵至1.5倍大。

5. 烤箱预热至180℃。



6. 在发酵好的面包表面刷一层全蛋液盖上一片奶酪再盖上一片番茄，撒上混合香草，放入烤箱中上层，烤15分钟左右至表面金黄即可。

小贴士

* 这里面所用的番茄不要选用过熟的，因为过熟的番茄里面含的水分很大，挑选不太熟的番茄能够避免由于番茄水分太多，在烘烤时出现流汤的现象。
* 经过烘焙后的番茄会非常美味，如果喜欢吃点咸味，还可以在番茄片上撒一层薄薄的盐。



热狗面包卷 Delicious

轻松俘获小朋友灵动的心。

■ 材料

A

高筋面粉……200克

低筋面粉……40克

奶粉……5克

糖……18克

盐……3克

鸡蛋……25克

酵母……3克

水……140毫升

B

黄油……20克

C

香肠……8个

D

全蛋液（刷表面用）……10克

面包工坊

- ♥参考份数：8个
- ♥制作方法：直接法
- ♥揉面方式：手工
- ♥所需模具：烤盘

■ 做法

1. 将A料混合，揉成面团后，再揉至面团更细腻柔软有弹性。



2. 加入放软、切小块的黄油，再继续揉至黄油被面团完全吸收，至面团的扩展阶段。



3. 面团放入容器内，盖湿毛巾，放在温暖保湿处进行第一次发酵，60～90分钟。

4. 将发酵至两倍大的面团取出，用双手轻压面团排出里面的大气泡；将面团平均分割成8份，揉圆，盖湿毛巾松弛10分钟。



5. 松弛后的小面团搓成15厘米的长条，螺旋包裹香肠3圈或4圈，将头尾的面团固定排入烤盘，放温暖湿润处进行最后发酵约40分钟，面团发酵至1.5倍大。

6. 烤箱预热至180℃。



7. 发酵好的面包表面刷一层全蛋液，放入烤箱中上层，烤15分钟左右至表面金黄色即可。

小贴士

* 注意面条的长度在包裹香肠后两头会露出1厘米左右的香肠，待最后发酵结束面团会跟香肠保持齐平。

洁洁洛夫 Delicious

厨房中飘满了杏仁的香气！



材料

A

白兰地……100克
葡萄干……60克
蔓越莓……30克
红樱桃……2克
蓝莓干……30克

B

中种面团：

中筋面粉……115克
酵母……3克
牛奶……70毫升

C

主面团：

中种面团……190克
中筋面粉……250克
酵母……3克
糖……80克
盐……3克
全蛋液……40克
牛奶……105毫升

D

黄油……85克
杏仁片……20克

E

全蛋液（刷表面用）……20克
杏仁片……5克

面包工坊

- 参考份数：15个
- 制作方法：中种法
- 揉面方式：面包机
- 所需模具：小空心蛋糕模

做法

1. 将A料中的各种果干清洗干净，沥干水分，加入白兰地酒浸泡6小时以上。

2. 将B料中种面团的材料混合，搅拌至面团稍有筋度，放入容器，在室温中发酵3小时。



3. 发酵好的中种面团切成小块，跟C料中的主面团材料混合，放入面包桶内，搅拌至面团稍有筋度为宜。



4. 将D料中的黄油切小块，分5～6次加入面团，每加入一点，等待搅拌至黄油完全被吸收后再继续加下一部分。

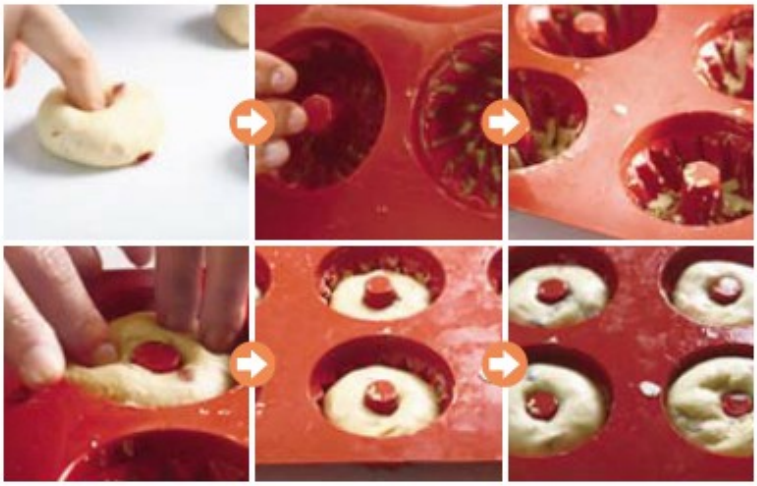
5. 搅拌至面团的扩展阶段，加入沥干水分的果干和D料中的杏仁片，继续搅拌至完成阶段。

6. 面团放入容器内，盖湿毛巾，放在温暖保湿处进行第一次发酵，60～90分钟。

7. 在已经准备好的模具表面涂一层熔化了的黄油，在底部放上E料中的杏仁片。



8. 将发酵至两倍大的面团取出，用双手轻压面团排出里面的大气泡；将面团分割成45克一个的小面团，揉圆，盖湿毛巾松弛10分钟。



9. 手指蘸干面粉，在面团中间捅个洞，然后慢慢将洞口抻圆成环状，放入模具中，在温暖湿润处进行最后发酵，大约40分钟发至两倍大；烤箱预热至200℃。

10. 将发酵好的面团表面刷全蛋液，放入烤箱中层，烤20分钟左右至面包表面变为金黄色。

11. 将烤好的蛋糕出炉后立即做脱模处理，表面刷一层熔化的黄油保湿即可。



免揉土豆培根面包 Delicious

还是有肉的面包最给力！

■ 材料

A

土豆……1个

B

中筋面粉……360克

黑麦粉……60克

酵母……7克

土豆泥……100克

温水……280毫升

盐……7克

培根……60克

黑胡椒……1/8小匙

面包工坊

- ♥ 参考份数：6个
- ♥ 制作方法：直接法
- ♥ 揉面方式：免揉
- ♥ 所需模具：烤盘

■ 做法


2-1


2-2


2-3


2-4


2-5


2-6


2-7


3-1


3-2


4

1. 将土豆洗净，去皮，切成大块，放入蒸锅中蒸熟，取出，碾成土豆泥；培根切块。

2. 取100克土豆泥和B料混合放在容器里拌匀，至没有干粉块，大约1分钟就能完成；在室温中发酵大概120分钟，至表面很湿很黏且体积膨胀1.5倍。

3. 手上蘸满干粉，操作台也撒一层干粉；从容器中取出面团，在操作台上摊开，上下左右各向中间折叠，松弛10分钟，再折叠一次。

4. 然后将面团分割成6份，摊平每个边都折向中间成方形，收口朝下放入烤盘进行最后发酵，约40分钟。

5. 烤箱预热至210℃；把发酵好的面团放入烤箱中层，表面喷热水，烘烤25分钟左右即可。

小贴士

* 免揉法的面团不用揉面，而是靠大量的水分将面粉包裹浸泡，经过长时间的室温和低温发酵使得面粉液化出筋。



奶酪金砖 Delicious

公开挑战鼎鼎大名的奶酪金砖。

材料

奶油奶酪……100克

糖……20克

千层丹麦面皮……1份

面包工坊

- 参考份数：3个
- 制作方法：直接法
- 揉面方式：手工
- 所需模具：不粘长条面包模

做法

1. 将奶油奶酪和糖混合，隔热水盆，搅打至奶酪顺滑、糖溶化，放凉备用。
2. 把4毫米厚的千层丹麦面皮用刀修整边角成长方形，再对切两半。
3. 一半的面皮上均匀涂满一层奶酪，另外一半覆盖在上面。
4. 再将面皮对切一半，同样在两层中间夹入奶酪馅。
5. 将夹入两层奶酪馅的四层面皮切开成6条。
6. 每两条一组，切口朝上，扭成麻花形，两头翻在底部放入模具，放温暖湿润处进行最后发酵。
7. 烤箱预热至200℃。
8. 将发酵好的面团放入烤箱中层，烤25分钟左右至表面呈金黄色即可。



甜甜圈 Delicious

好玩，好吃，转起来！

■ 材料

A

高筋面粉……200克
低筋面粉……50克
酵母……4克
牛奶……150毫升
全蛋液……30克
糖……25克
盐……2克

B

植物油……400克
糖……50克

C

黑白巧克力、抹茶粉、卡通糖……各适量

■ 做法

1. A料混合均匀揉成面团，揉至扩展阶段，进行第一次发酵。
2. 将发酵好的面团取出，轻压排气，盖湿毛巾松弛10分钟。
3. 将面团擀成1厘米厚的面饼，用模具做出环形面坯，放在烤盘纸上，发酵约30分钟。
4. 发酵好后，将植物油倒入锅中烧至7成热，放入甜甜圈，小火炸制，不时翻面保证上色均匀。
5. 炸至颜色金黄后出锅，沥干油分，蘸上糖即可。
6. C料中的各种装饰食品可依照自己的喜好来为甜甜圈增色。



Part 03





手工定制+浓浓爱心

你的饼干叫作独一无二

Biscuits

玩的是智慧，做饼干没那么难

教你做饼干 Step By Step!

饼干的基础操作

鲜奶油的打发

鲜奶油是从牛奶中提炼而出的乳脂肪，奶香浓郁，顺滑浓稠。根据脂肪含量又分为浓奶油和淡奶油，脂肪含量相对较少的称为淡奶油，较多的称为浓奶油或搅打奶油，浓奶油更容易打发。动物性鲜奶油比植物性鲜奶油更有营养，但其保质期较短，平时存放于冰箱中冷藏保存，打开后要尽快使用完，否则容易变质。动物性鲜奶油打发后更适合装饰较为简单的蛋糕，另外打发后的状态稳定性较差，需要在冰箱中冷藏保存，并尽快食用完。

♥ 材料

动物性奶油……100毫升

细砂糖……10克

♥ 做法





1. 从冷藏室取出动物性奶油，倒入容器中，加入细砂糖，用电动打蛋器搅打。



2. 从慢速开始，搅打约3分钟后就变得体积膨胀很多且越来越浓稠，但这时的状态还比较粗糙，也偏稀软。



3. 继续用电动打蛋器搅打，大约搅打5～6分钟后，动物性奶油的体积会进一步膨胀，质地更为浓稠，等搅打至动物性奶油质地硬挺即可。

国明老师小叮咛

- 动物性鲜奶油打发后多适用于蛋糕夹馅、表面淋酱等使用。
- 淡奶油在冬季室温环境比较低时能够打发，在夏季高温的环境中打发起来会比较困难。环境温度高时也需要垫冰块促使打发。

蛋清的打发

新鲜的蛋清较冰箱中存放的蛋清会更容易打发。蛋清是碱性的，可以加入少量塔塔粉、柠檬汁或白醋等酸性材料用以中和其性质。糖可以增加蛋清的黏性和用以支撑结构，增加其稳定性，一般一个蛋清配10～20克细砂糖最为合适。打发好的蛋清要立即使用，而且在与其他材料混合时也应该快速轻拌，否则蛋清很容易消泡塌陷。短时间不用的打发好的蛋清放入冰箱中冷藏能更好地保持其状态。

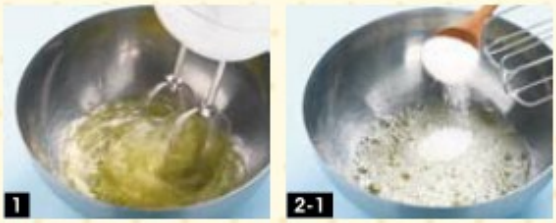
♥ 材料

蛋清……4个

细砂糖……20克

柠檬汁……3毫升

♥ 做法









1. 首先将蛋清放入容器中，打发蛋清注意容器内壁要干燥，不能有一点水和油，同时因为蛋黄含有脂肪的成分，所以分开的蛋清中也不能含有一点蛋黄。

2. 加入柠檬汁用电动打蛋器先搅打30秒左右，使其表面搅起大泡，然后加入1/3的细砂糖继续搅打，待1分钟后表面浮起更多更白更细小的泡沫时再加1/3的细砂糖，最后的1/3在大约2分钟后蛋清打到湿性发泡状态时放入。

3. 湿性发泡状态：蛋清一直搅打，细小的泡沫越来越多，同时体积不断增大，直到所有泡沫雪白均匀如同鲜奶油般的细腻，此时用打蛋器头勾起蛋清，泡沫会感觉有弹性并且上部直挺，但尾端会稍带弯曲，这个阶段称为湿性发泡，也可以称为七分发状态。这种状态适合制作蛋糕卷或某些高水分的戚风类蛋糕。

4. 干性发泡（硬性发泡）状态：湿性发泡的蛋清继续搅打（1～2分钟），能感觉到蛋清更加浓稠，打蛋器搅拌的阻力增大，此时如果用打蛋器头勾起蛋清，整个勾起部分的蛋清保持弹性和直挺的状态，搅拌完成，此阶段称干性发泡或十分发状态，很多品种蛋糕的蛋清要求打至此阶段。

小贴士

* 将打好的蛋清和蛋黄糊混合时要用橡皮刮刀将面糊上下翻拌，而不能转圈搅拌，并且速度要快。这样做不容易使打好的蛋清消泡塌陷，混合好后倒入模具及放入烤箱的操作也要迅速。

黄油的打发

黄油在冷藏的状态下是比较坚硬的固体，而在室温（25℃左右）时会变得质地较软，即用手指按压可出现印记。黄油在软化状态时可以通过搅打使其裹入空气，体积变得膨大，称为打发。黄油的打发是做好重油类蛋糕、玛芬和曲奇饼干的基础，如果只是将黄油和细砂糖简单地搅拌均匀，烤出蛋糕的蓬松度和口感都较差。需要注意的是，黄油在加热熔化后是不能打发的。

♥ 材料

黄油……125克

细砂糖……10克

♥ 做法



1. 切成小块可以使黄油比较快地软化。将切成小块且放软的黄油中加入细砂糖或糖粉。



2. 一开始的搅打是为了将细砂糖跟黄油混合均匀，不要持续搅打，要打几秒后停下来，用搅拌头拌和一下细砂糖和黄油，避免糖四处迸溅。



3. 待黄油表面没有白色的糖或糖粉覆盖了，就可以开始正式搅打了，一般从低速开始，慢慢调至高速。



4. 直到搅打到细砂糖完全溶化，黄油颜色变浅，并且略微有所膨胀。



5. 最后搅拌成功的状态为当搅拌器的搅拌头经过黄油时，纹路呈羽毛状的浓膏即可。

国明老师小叮咛

✕ 用电动打蛋器打4～8分钟，黄油越多搅打的时间就越长。同时，如果室温比较低，最好是隔温水盆（水温50～70℃即可），这样搅打会比较容易。

油粉混合法

一些要求口感硬脆而不是酥松的饼干或派皮经常用到此种做法。就是将刚从冰箱中取出的黄油，不需要软化，直接切成小丁，与面粉混合，用手搓成细碎的类似面包糠的状态，再与其他的液体或干性材料相混合的方法。

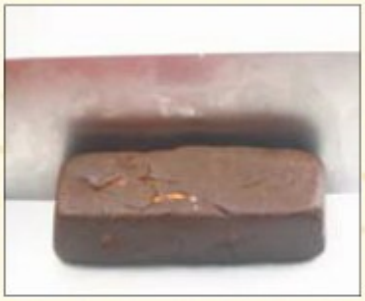


面团的饧置和整形

很多面团或面糊在制作过程中需要一个短时间的静置，也称为饧置，这样可以让面团和面糊得到充分的松弛，从而更有利于操作或烘烤出我们所需要的口感。

面团整形，通常是将面团修整成所需要的形状，在冰箱冷冻室中冻一会儿，这样定形后方便进行下一步的操作，使成品更整齐美观。







隔水加热法

很多原料在操作时需要用到此种方法，这些原料大多不适合高温加热。在一个较大的容器内倒入部分热水，然后再将盛放原料的较小容器放入热水中，这样的加热方法能更好地控制温度，非常适合用来熔化黄油、巧克力、奶油奶酪等原料。



Notes! 制作饼干6大注意事项



1 烤箱一定要预热

烤箱在烘烤之前，必须提前将温度旋钮调至需要的温度，打开开关空烧一段时间，使烘焙品放入烤箱时就能达到所需要的温度。烤箱预热的动作，可使饼干面团迅速定型，并且也能保持较好的口感。烤箱预热是非常重要的烘焙常识，一定不要忘记。烤箱的容积越大，所需的预热时间就越长，大约5～10分钟不等。



2 粉类最好都过筛

制作饼干的最常用的原料就是面粉，面粉具有很强的吸湿性，长时间放置会吸收空气中的潮气而产生结块，过筛能去除结块，使其跟液体材料混合时避免出现小疙瘩。同时过筛还能使面粉变得更加蓬松，非常容易与其他材料混合均匀。除了面粉之外，通常还有其他粉类，如泡打粉、玉米粉、可可粉等干粉状的材料都要过筛。过筛时，将所有粉类都混合在一起倒入筛网，一手持筛网，一手轻轻拍打筛网边缘，使粉类经过空中落到搅拌盆中即可。



3 材料提前恢复室温

黄油通常放置在冰箱中存放，质地比较硬，我们在操作之前提前半小时或是1小时将其取出，放在室温环境下，让其恢复至室温，变得较软一点，然后再操作就会比较容易和有效。

鸡蛋也是同样，通常也要提前半小时或1小时从冰箱中取出，恢复室温的鸡蛋在与黄油等材料混合时会比较均匀和充分。

奶油奶酪等材料也需要提前从冰箱取出，室温放置半小时或1小时，继续操作就非常容易了。



4 少量多次加蛋液

大家或许会认为材料一次通通加入搅拌似乎比较省事，其实，有些材料是必须少量多次与其他材料混合才更好。比如在黄油和糖混合打松发之后，鸡蛋需先打散成蛋液后再分2～4次加入，而且每加入一次都要使蛋液充分地被黄油吸收后再加入。因为一个鸡蛋里大约含有74%的水分，如果一次将所有的蛋液全部倒入奶油糊里，油脂和水分不容易结合，容易造成油水分离，搅合拌匀会非常吃力。切记，材料要分次加入才能使成品的口感更好。



5 排放有间隔不粘连

很多饼干进行烘烤后体积都会膨大一些，所以我们在烤盘中码放时注意每个饼干坯之间要留一些空隙，以免烤完边缘相互粘连在一起，影响外观。同时，留有空隙还能使烘烤的火候比较均匀，如果太密集，烘烤的时间要加长，烘烤的效果也会受影响。



6 大小均一

在饼干的制作中，要尽量做到每块饼干的薄厚、大小都比较均匀，这样在烘烤时，才不会有的糊了，有的还没上一点颜色。薄厚比大小更重要，越薄的饼干越容易烤过火。如果做不到，那只能在烘烤时，在烤箱边上随时守候吧。



Step By Step!

手工千层酥皮的做法

♥ 材料

A

中筋面粉……240克

黄油……30克

细砂糖……5克

盐……2克

水……125毫升

B

片状黄油……170克

♥ 做法

1. 将A材料混合，揉成光滑的面团，用保鲜膜包好，放进冰箱冷藏室松弛20分钟。

2. 把B料的片状黄油提前从冰箱取出，室温下软化到用擀面杖能敲动，然后上下蘸一些干面粉，用擀面杖轻轻敲打薄一点。如果经过敲打黄油粘在擀面杖上，则需要马上放入冰箱冷藏稍微变硬后再使用。

3. 操作台撒适量干面粉，将松弛好的面团取出，在面团顶部用刀切一个较大的十字形口，用手将十字口朝外四个方向压平，然后用擀面杖将四角分别朝外擀成大一点的正方形。

4. 将敲打好的薄片黄油放在面皮的中间，四个角向中心包裹，将封口捏紧。

5. 将包裹黄油的面团朝左右两边擀成长方形，像叠被子一样，将面皮两边对折到中间，再对折。

6. 面团包裹保鲜膜放冰箱松弛10分钟。

7. 取出松弛好的面团，再朝前后两个方向擀成长方形，一样再叠一个四折，再松弛10分钟。

8. 再将松弛好的面团取出，完成最后一步，将面皮擀成厚0.4厘米的长方形即可。

小贴士

* 裹入油推荐使用片状动物性黄油，既有营养又容易操作。
* 松弛的目的是使面团舒展，变得容易擀开，不回缩。如果感觉面团比较容易擀开就不需要松弛。

♥ 步骤图示范


1-1


1-2


1-3


1-4


1-5


2-1


2-2


3-1


3-2


3-3


4-1


4-2


4-3


5-1


5-2


5-3


7-1


7-2


7-3


8-1


8-2


8-3



玛格丽特小饼干 Delicious

烘焙新手最佳上手小饼干。

■ 材料

黄油 …… 55克
糖粉 …… 30克
盐 …… 1克
熟蛋黄 …… 1个
低筋面粉 …… 50克
玉米淀粉 …… 50克

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：50分钟
- ♥ 参考份数：一烤盘，40块左右，8人份
- ♥ 厨艺等级：★★

■ 做法



1. 将黄油切成小丁在室温下放软，加入糖粉打发。

小贴士

* 煮鸡蛋不能是溏心的，放凉后剥出蛋黄使用。蛋黄也可用手碾碎加入黄油中，但均匀程度会稍差一点。



2. 用粗滤网将熟的蛋黄筛入黄油中搅拌均匀。



3. 将低筋面粉和玉米淀粉混合后筛入黄油中，简单地混合成面团，放入冰箱冷藏室内松弛半小时。烤箱预热至175℃，烤盘铺不粘纸或不粘布。



4. 将松弛好的面团分成小块，揉成圆球，用大拇指按压成小饼状，按压时出现的裂纹是正常的，只要饼干不松散开就可以。

5. 将饼干坯放入烤箱中上层，以上下火烤约15分钟即可。

小贴士

* 这个饼干的特点是加入了熟蛋黄和玉米淀粉，口感更酥松，入口即化。

shop118226363

红糖燕麦早餐饼 Delicious

酥得掉渣的爱心饼干！



■ 材料

黄油 …… 60克
红糖 …… 50克
鸡蛋 …… 1个
牛奶 …… 10毫升
吉士粉 …… 5克
酒浸葡萄干 …… 50克
低筋面粉 …… 40克
全麦面粉 …… 50克
燕麦片 …… 40克

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：40分钟
- ♥ 参考份数：一烤盘，20块左右，4人份
- ♥ 厨艺等级：★

■ 做法



1. 黄油隔热水盆加热至熔化，加入红糖，混合搅拌均匀，晾至不太热。



2. 将鸡蛋在容器中搅打成蛋液，加入已经熔化的黄油和红糖中搅匀。

小贴士

* 黄油也可以用微波炉熔化，注意要用低火短时间，大约加热20秒左右，时间长了容易溢出。



3. 在已经搅拌好的黄油红糖面糊中倒入燕麦片、低筋面粉、全麦面粉、吉士粉和酒浸葡萄干，充分混合，搅拌成比较稠的面糊。将烤箱预热至190℃，烤盘中要垫一层不粘纸或是不粘布。

小贴士

* 尽量保持每个饼干的大小和薄厚均匀一致。如果大小不一，需要注意观察火候，将提前烤好的取出。



4. 用勺子舀一匙饼干面糊，摊在烤盘上，不用刻意整形，每个饼干生坯之间要留适当的空隙。

5. 将烤盘放入烤箱中上层，以上下火烤约20分钟即可。



瓦片杏仁饼干 Delicious

即刻可得的松脆感受！

■ 材料

蛋清……2个
糖……30克
盐……1克
熔化黄油……10克
玉米淀粉……5克
低筋面粉……5克
杏仁片……50克

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：50分钟
- ♥ 参考份数：两烤盘，12块左右，4人份
- ♥ 厨艺等级：★★

■ 做法



1. 将蛋清中加入糖和盐，用打蛋器轻轻地小幅度地搅拌，不必搅拌至糖全部溶化。



2. 将已经熔化的黄油加入蛋清中，拌匀。



3. 筛入玉米淀粉和低筋面粉搅拌均匀；再倒入杏仁片拌匀，覆盖保鲜膜放入冰箱中冷藏，饧20分钟左右。烤箱预热至150℃，烤盘铺不粘布。

小贴士

* 杏仁片最好提前用烤箱烘烤一下再用，这样能去潮气增加杏仁的香味。拿取热的杏仁片，注意防烫，也可以用夹子或镊子等工具协助操作。注意移动要快速，否则杏仁饼干片很快就会变硬。

4. 取出面糊，用勺子舀一勺平摊在烤盘上，注意每勺要薄，且有均匀的杏仁片。



小贴士

* 如果杏仁饼干片烤好后，不再进行造型，保持平整的状态也可以。

5. 将烤盘放入烤箱中上层，烤约15分钟至两面金黄。

6. 取出烤盘，趁热将还没完全硬的杏仁饼干片放在凹槽模具中定型，或者放在粗的擀面杖上晾凉后食用即可。



shop118226363



玫瑰酒香软曲奇 Delicious

最难舍那抹红色的依恋之情。

■ 材料

黄油……70克
枫糖粉……70克
全蛋液……30克
低筋面粉……100克
泡打粉……2克
红葡萄酒……20毫升
食用玫瑰……5朵

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：40分钟
- ♥ 参考份数：两烤盘，30块左右，6人份
- ♥ 厨艺等级：★★

■ 做法



1. 黄油切丁后室温放软，加入枫糖粉用打蛋器打松发，将蛋液一点点加入黄油中并搅拌均匀。

小贴士

* 枫糖是从加拿大一种高大落叶乔木枫树中提炼的糖制品。枫树树干中含大量淀粉，冬天成为蔗糖，天暖蔗糖变成香甜的树液，用其树汁可熬制成枫糖浆，也有细粉状的枫糖粉。



2. 低筋面粉和泡打粉混合过筛后放入黄油中。

小贴士

* 如果采购不到枫糖，用细砂糖45克代替即可。
* 枫糖营养丰富，甜度只是砂糖的60%左右，用量可稍多些。



3. 将食用玫瑰的花瓣剥下，切成碎末状，放入上料中，注意加入的玫瑰花不用里面的花心部分，只用到外面的花瓣，再加入红葡萄酒，一起充分搅拌均匀。



4. 用勺子舀大小一致的面糊摊入烤盘。

5. 用勺子把面糊轻轻压平，放入预热至180℃的烤箱中，烤12分钟，等到饼干完全膨胀并轻微上色即可取出。



香酥椰蓉饼 Delicious

椰香浓郁，十足香酥。

材料

黄油……75克
糖……50克
低筋面粉……75克
泡打粉……1克
盐……1克
椰蓉……75克
全蛋液……50克
椰蓉（装饰表面用）……30克

做法

1. 将黄油和糖混合均匀，搅打松发，分两次加入25克蛋液中搅拌，每加一次都要将其充分搅拌均匀。



2. 低筋面粉和泡打粉过筛，和椰蓉、盐一起加入到黄油中，简单拌和成面团。将烤箱预热至175℃，烤盘中垫不粘油纸或不粘布。

小贴士

* 椰子的果肉处理成细碎的椰蓉或稍长些的椰丝，都是做椰子口味点心的主要原料，椰蓉和椰丝本身椰香味浓郁并且有轻微的甜味。

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：30分钟
- 参考份数：一烤盘，20块左右，4人份
- 厨艺等级：★★



3. 将面团均分成小球，在小球的表面蘸一层蛋液，再蘸一层椰蓉，放在烤盘中，再将一个个小球压扁成小圆饼。

4. 将烤盘放入烤箱的中上层，以上下火烤15分钟左右，烤至饼干表面呈金黄色即可。

小贴士

* 曲奇饼干一般是下火先上色完毕，可以关闭下火，用上火继续烤几分钟。
* 可以添加可可粉、抹茶粉等做出多种口味的曲奇饼干。

美食攻略

饼干虽然是一种非常耐贮藏的食品，但也必须考虑贮藏条件。饼干适宜贮藏在低温、干燥、空气流通、环境清洁、避免日照的场所。温度应在20℃左右，相对湿度最好不超过70%～75%为宜。

燕麦磨牙饼干 Delicious

燕麦磨牙饼，健康到家了！



■ 材料

低筋面粉……60克
燕麦片……60克
椰丝……20克
色拉油……60毫升
麦芽糖……50克
糖……20克
小苏打……1克
热水……15毫升

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：25分钟
- ♥ 参考份数：一烤盘，20块左右，6人份
- ♥ 厨艺等级：★★

■ 做法

1. 将低筋面粉过筛三次，将过筛后的低筋面粉、燕麦片和椰丝混合均匀，放入容器中备用。
2. 将色拉油和麦芽糖、糖放入小锅中，以小火边加热边搅拌，直至麦芽糖、糖完全溶化。

小贴士

* 麦芽糖很黏，如果存放时间过久或温度过低很硬不容易取出，可以放入微波炉低火加热20秒，让其变软些即可用匙子盛出。

3. 小苏打加热水混合搅拌后加入黄油中，将②加入，然后将黄油加入面粉混合物中，拌成面团。
4. 将烤箱预热至180℃，烤盘的内侧垫一层不粘纸或是不粘布。
5. 将已经揉好的面团均分成小份，搓圆压扁成圆饼状，放入烤盘中，每个饼干坯中间留适当的空隙。
6. 将烤盘放入烤箱的中上层，以上下火烤12～15分钟，烤至饼干呈金黄色即可。


1


2


3-1


3-2


3-3


3-4


5-1


5-2

小贴士

* 因为加入了麦芽糖，提升了韧性和硬度，使饼干的口感又硬又脆，很有嚼劲。



原味黄油曲奇 Delicious

最好吃的曲奇饼干！

■ 材料

黄油	120克	盐	1克
糖	50克	吉士粉	5克
蛋黄液	10克	香草粉	3克
柠檬汁	3毫升	牛奶	10毫升
低筋面粉	150克		

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：30分钟
- ♥ 参考份数：两烤盘，40块左右，8人份
- ♥ 厨艺等级：★★★

■ 做法

1. 将黄油切小块在室温下放软，然后与糖混合，搅打至松发。

2. 在黄油中加入打好的蛋黄液搅拌均匀，再加入柠檬汁、牛奶拌匀。

小贴士

* 黄油一定要充分搅打松发，并且跟面粉混合的时候一定注意将打蛋头上粘的黄油刮取干净，否则面团会偏干。

3. 低筋面粉、吉士粉、香草粉混合过筛后加入黄油中，再加入盐，翻拌均匀成浓稠的面糊；将烤箱预热至180℃，烤盘垫不粘布或不粘纸。

4. 在准备好的裱花袋内套入一个大号的齿形花嘴，将调好的饼干面糊装入裱花袋中，在烤盘中将饼干面糊挤成圈状，注意每个饼干坯中间要留出适当的空隙。

5. 将盛有若干饼坯的烤盘放入烤箱的中上层，以上下火烤15分钟左右，烤至饼干表面上色，呈金黄色即可。


1


2


3-1


3-2


4-1


4-2


4-3


4-4

小贴士

* 面糊偏硬接近于面团，在用裱花袋挤制形状时，需要格外用力，如果面糊偏软非常容易挤出则会造成做出的饼干没有漂亮清晰的花纹。


拇指饼干
Delicious
实在太好吃，小心咬到拇指哦！

材料

A

蛋黄……3个

糖……15克

香草香精……少许

B

蛋清……3个

糖……45克

C

低筋面粉……50克

玉米粉……10克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：30分钟
- 参考份数：两烤盘，40个左右，8人份
- 厨艺等级：★★★

做法


1-1


1-2


2-1


2-2


3-1


3-2


4-1


4-2

1. 将A料中的蛋黄和糖混合，搅打成浅黄色，加入几滴香草香精增香。

2. 蛋清用打蛋器打出大泡后，分三次加入45克糖，打发至干性发泡，再与蛋黄液混合成蛋糊。

3. 低筋面粉和玉米粉混合过筛后加入蛋糊，快速拌匀成面糊；烤箱预热至190℃，烤盘垫不粘布或不粘纸。

小贴士

* 手指饼干除了能直接食用，更大的作用是当做芝士慕斯蛋糕的底和围边用，所以除了挤成手指状，还可以挤成各种尺寸的圆饼状，以及联排的手指栅栏状。

4. 将1厘米直径的圆口花嘴放进已经准备好的裱花袋中，然后装入调好的面糊，在烤盘上将面糊挤成长条手指状，注意每个饼干坯之间要留一些空隙。

小贴士

* 手指饼干烘烤时体积会膨胀很多，所以每个饼干坯之间的空隙要预留充分。

5. 将装有饼干坯的烤盘放入烤箱的中上层，以上下火烤8～10分钟，烤至饼干表面颜色变为浅黄色时即可。

树莓杏仁脆饼 Delicious

最爱这一抹红红娇艳的颜色。



材料

A

蛋清……2个

柠檬汁……2毫升

糖……20克

B

杏仁糖粉……60克

低筋面粉……20克

C

鲜奶油……80克

糖……15克

D

新鲜树莓、糖粉（装饰表面用）……10克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：30分钟
- 参考份数：两烤盘，12个左右，6人份
- 厨艺等级：★★★★

■ 做法


1-1


1-2


2-1


2-2


3


4


5


8-1


8-2

1. 蛋清中加入少许柠檬汁，用电动打蛋器将其打发，分三次加入糖打至硬性发泡。

2. 将杏仁糖粉和过筛后的低筋面粉加入蛋清液中，混合均匀。

3. 将0.5厘米直径的圆形花嘴装入裱花袋中，烤箱预热至190℃，烤盘垫不粘纸或不粘布。

4. 找一个合适的圆形瓶子盖或慕斯圈、饼干圈，蘸些干面粉然后印在不粘布上。

5. 将混合好的杏仁蛋清糊装入裱花袋中，按照不粘布上印好的形状大小，从中心往外挤圆盘状。

6. 烤盘放入烤箱中上层，以上下火，烤15分钟左右至表面微黄，取出放凉。

7. 将C料的鲜奶油和糖混合均匀，用电动打蛋器搅打至八分发。

8. 在一片饼干上挤上打发好的鲜奶油，然后码放上新鲜树莓，再盖上一片饼干即可，表面可再撒些糖粉做装饰。

小贴士

* 饼干烤好后即可直接食用，再继续搭配鲜奶油和水果是为了突出更独特的外形和口味，水果可用猕猴桃、草莓、菠萝等任意替换。



泡芙空心饼 Delicious

源自意大利的超人气经久不衰甜点。

■ 材料

A

低筋面粉 …… 55克

B

黄油 …… 50克

水 …… 50毫升

盐 …… 0.5克

糖 …… 5克

C

鸡蛋 …… 85~100克（1~2个）

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：30分钟
- ♥ 参考份数：两烤盘，40个左右，6人份
- ♥ 厨艺等级：★★★

小贴士

* 鸡蛋的用量具有不确定性，主要是观察加入鸡蛋后的面糊状态，不一定全部加入。

■ 做法

1. 将A料中的低筋面粉过筛三次备用。



2. 将B料混合放入小锅中，开火加热，沸腾后加入面粉，快速搅拌锅内所有材料，拌成面团后熄火，这时仍需要不断搅拌，让面团降温。



3. 鸡蛋打散，在面团温热时将全蛋液一点点地加入到面团中，每加一点鸡蛋就搅拌均匀，直至用木铲盛起面糊呈倒三角状，能够缓缓地滴落下来。



4. 烤箱预热至180℃；将0.3厘米的小圆嘴装入裱花袋，然后将面糊倒入裱花袋，在烤盘中挤出图形，用喷雾器远远地喷一层薄薄的水雾。

5. 将烤盘放入烤箱的中层，以上下火烘烤15分钟即可。

小贴士

* 此面糊即是普通的泡芙面糊，如果挤制比较薄且体积小巧的即为空心饼干。搅拌面糊会比较费力，尽量用结实的木铲，橡皮刮刀太软搅拌起来不太顺手。



蜂蜜香蕉司康 Delicious

每天清晨用香甜喚醒你的好胃口!

■ 材料

A

低筋面粉……100克
泡打粉……2克
全蛋液（刷表面用）……15克
糖……30克
黄油……20克

B

香蕉泥（1根香蕉的量）……70克
巧克力豆……10克
蜂蜜……10克
核桃仁……10克

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：70分钟
- ♥ 参考份数：一烤盘，24块左右，8人份
- ♥ 厨艺等级：★★

■ 做法



1. 将低筋面粉过筛三次，将过筛好的低筋面粉、泡打粉和糖混合；将冷藏保存的黄油取出，在室温下软化后，切成小块；将混合好的面粉和黄油混合在一起，用手搓成细颗粒状备用。



2. 依次加入B料，混合成面团，简单拌和，不需要用力揉搓，包裹保鲜膜，放在温暖处饧20分钟。



3. 操作台撒些干面粉，将面团擀成厚1厘米的面片，整形切成三角形，室温再松弛20分钟。



4. 将烤箱预热至180℃，在松弛好的小三角表面刷上薄薄的一层蛋液。

5. 烤盘放入烤箱中层，烤20分钟即可。

小贴士

* 司康（scone）是传统的英国茶点，最早是苏格兰人的快速面包（Quick Bread）。传统的司康饼塑成三角形，以燕麦为主要材料，将面团放在煎饼用的浅锅中烘烤。而流传到现在面粉成了主要材料，形状也不再是一成不变的三角形。



砂糖蝴蝶酥 Delicious

口感松脆香酥，香甜可口，具有浓郁的鸡蛋香味。

材料

千层酥皮（1块）……200克
（做法参见P88）
糖……20克
全蛋液……20克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：40分钟
- 参考份数：一烤盘，16块左右，4人份
- 厨艺等级：★

做法


2-1


2-2


2-3


2-4


3-1


3-2


3-3


4

1. 将已经制作好的千层酥皮擀成长方形，厚度约为0.4厘米，四周用刀切去不整齐的边角，整形备用。

小贴士

* 这种小体积的酥皮饼干，切片时要有一定的厚度，如果太薄，烤后会走形影响美观。

2. 在面片上用叉子均匀地扎若干个透气孔，然后在面片表面刷一层薄薄的蛋液，从短的边两边折向中间，再对折一下，将折好的面团放入冰箱冷冻室内冷冻约20分钟。

3. 将烤箱预热至200℃；将冰箱中冷冻好的面卷取出，在室温下解冻10分钟，再将其用刀切成约1.5厘米厚的片，然后一面蘸些准备好的蛋液，再蘸一层糖，整齐地排入烤盘中，注意每个面片中间要留有适当的距离。

4. 将装有饼干坯的烤盘放入烤箱的中上层，以上下火烤10分钟左右，烤至饼干表面呈金黄色即可取出食用。

小贴士

* 如果一次烤不完，可以用保鲜膜把面卷包好放在冰箱里冷藏保存一周，烤之前不需要解冻，直接切片就可以烤。



杏仁千层酥条 Delicious

吃一口就令人欲罢不能的小零食。

伍号書局 杂志书刊 shop118226383

■ 材料

千层酥皮（1块）……200克
（做法参见P88）
全蛋液……20克
杏仁片……30克
糖……10克

工坊手记

- ♥准备时间：10分钟
- ♥制作时间：25分钟
- ♥参考份数：一烤盘，12块左右，4人份
- ♥厨艺等级：★

■ 做法

1. 将千层酥皮擀成长方形，厚度约为0.4厘米，四周用刀切去不整齐的边角，整形备用。

小贴士

* 千层酥皮不仅用来制作蛋塔，还可以制作各种酥皮点心、千层酥皮派等，有着极为广泛的应用。所以，制作千层酥皮是门必修课哦！



2. 将面片切成宽2.5厘米、长8厘米的长条。



3. 每条面片上刷一层薄薄的蛋液，取出其中的两片，一片蘸上杏仁片碎，另一片蘸上少许糖，然后将两片合在一起，将上下两头用力捏住，封口，扭转成螺旋状继续按压几秒钟，然后将其排在烤盘上。

小贴士

* 杏仁片可先用烤箱150℃烘烤10～15分钟让其去潮气烤出香味，然后用手碾成碎片。

4. 将扭好的杏仁条坯子在室温下静置10分钟，再用保鲜膜覆盖所有的杏仁条坯子，起到保持杏仁条表面湿度的作用，然后将烤箱预热至200℃。

5. 将盛有饼干坯子的烤盘放入烤箱中上层，以上下火烤10～12分钟至变浅黄色即可。

小贴士

* 这款杏仁酥条是用千层酥皮制作的小点心，如果在比较潮湿的天气里，这种小酥条放置到第二天口感就不怎么酥了，可以再将小酥条放进烤箱，用170℃的温度烤3～5分钟，这样小酥条就会重新变得酥脆可口了。
* 这款杏仁千层酥条，对分量的要求很随意，如果你的千层酥皮制作完其他的点心后有剩余，就可以用来制作它。



香蕉果仁软曲奇 Delicious

软曲奇是介于蛋糕和饼干之间的一种烘焙食品，口感风味独特，深受人们的喜爱。

■ 材料

A

黄油……70克

枫糖粉……60克

全蛋液……30克

B

香蕉……75克

C

低筋面粉……100克

泡打粉……1克

盐……0.5克

肉桂粉……0.5克

D

核桃碎……20克

酒浸葡萄干……20克

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：25分钟
- ♥ 参考份数：12块左右，4人份
- ♥ 厨艺等级：★★

■ 做法

1. 黄油和枫糖粉一起打发至蓬松发白，然后一点点加入蛋液，每加一点都要充分搅拌均匀。
2. 香蕉去皮后，切成小块，再将其碾成泥状，加入黄油中混合均匀。
3. 将C料中的所有材料过筛后加入到黄油中，将黄油和面粉搅拌均匀。
4. 加入核桃碎搅拌均匀，再将酒浸葡萄干表面的酒液充分沥干，同样加入其中，搅匀备用。
5. 将准备好的面糊舀入沥干水分的模具中，约八分满的状态。
6. 再将烤箱预热至200℃，放入烘焙用的石板同时预热。

小贴士

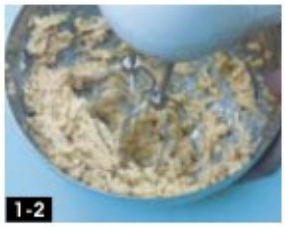
* 如果没有同样的模具可以直接放在烤盘上烘烤。

7. 将模具放入烤箱中上层，以上下火烤20分钟左右，烤至曲奇呈金黄色即可。

小贴士

* 饼干的口感比较松软，类似麦芬，如果喜欢硬一点的口感ßß可以将烤箱温度调至180℃，烤25分钟左右即可。


1-1


1-2


1-3


2-1


2-2


3-1


3-2


5

芝士布朗尼 Delicious

像蛋糕般绵软的内心和巧克力曲奇样松脆的外表。



材料

A

黄油……100克

黑巧克力……100克

B

糖……60克

鸡蛋……2个

C

低筋面粉……80克

泡打粉……1克

小苏打……1克

核桃碎……80克

D

奶油奶酪……50克

糖……15克

牛奶……5毫升

白兰地酒……10毫升

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：40分钟
- 参考份数：24块左右，8人份
- 厨艺等级：★★★

做法



1. 将黄油在室温下软化后，切成小块，再将黑巧克力切小块和黄油一同放入容器中，隔水加热使其充分熔化。



2. 糖和鸡蛋混合，轻轻打散，不用打发；将烤箱预热至170℃，烤盘中铺不粘纸或不粘布。



3. 将黄油巧克力液在室温下放置约1分钟，然后慢慢倒入蛋液中，一边倒一边搅拌均匀备用。



4. 将C料中的粉类混合均匀，过筛后加入上料中，然后加入核桃碎搅拌均匀，倒入烤盘。

小贴士

* 布朗尼是非常有特点的巧克力点心，可以制成比较厚实的布朗尼蛋糕，也可以制作这种比较薄的布朗尼软饼。



5. 奶油奶酪切小块和糖混合，隔水加热搅打软顺无颗粒，依次加入牛奶、白兰地酒混合搅拌均匀；将奶酪糊装入裱花袋，然后在袋口剪一个小口备用。



6. 将奶酪糊以细线条淋入巧克力面糊中；烤盘放入烤箱中层，以上下火烤25分钟左右即可。



缤纷棒棒糖饼干 Delicious

在欢乐和嬉闹中掌握棒棒糖饼干的做法。

材料

黄油	150克	红色、绿色食用色素	少许
糖粉	120克	竹水果签	适量
鸡蛋	100克	盐	适量
低筋面粉	330克		

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：40分钟
- 参考份数：两烤盘，12块左右，6人份
- 厨艺等级：★★★★

做法



1. 将水果签用清水浸泡10分钟，这样在烤制过程中不容易煳。



2. 黄油室温软化，加糖粉打发，至糖粉完全溶化、黄油颜色变浅体积变大，鸡蛋打散一点点加入黄油，每加一点都搅拌均匀，然后平分成三份。



3. 将低筋面粉和盐混合均匀后，过筛，再平分成三份。



4. 第一份做原色的，直接在黄油蛋液中加入面粉，揉成面团，包裹保鲜膜备用。

小贴士

* 食用色素在使用范围内对身体是没有毒害的，偶尔使用色素让食品变得色彩丰富也能令人心情大好。如果不想使用食用色素，也可以用可可粉、抹茶粉、紫薯粉、竹炭粉等天然色素来调制棕色、绿色、紫色和黑色等。



5. 将第二份和第三份面团中分别加入红、绿色素，搅拌均匀后再加入面粉，揉成面团，包裹保鲜膜备用。



6. 分别取原色、红色、绿色面团各5克，搓成同样粗细的长条，三条合并，扭在一起，呈麻花状，再搓成约15厘米长的长条绕成圆饼形，将接口处插上泡过水的竹水果签；烤箱预热至160℃，待所有饼干都做好，将烤盘放入烤箱中层，烘烤20分钟左右即可。



全麦消化饼干 Delicious

吃了也不容易长胖的超级小零食！

■ 材料

黄油	100克	糖浆	50毫升
糖粉	25克	低筋面粉	100克
盐	1克	泡打粉	2克
鸡蛋	45克	全麦面粉	110克

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：65分钟
- ♥ 参考份数：两烤盘，40块左右，8人份
- ♥ 厨艺等级：★★★

■ 做法


1


2-1


2-2


3-1


3-2


4


5

1. 黄油在室温下软化，加入糖粉和盐，用电动打蛋器搅打松发。

2. 将鸡蛋打散，分三次加入到黄油中，每加入一次都充分搅拌均匀，然后加入糖浆，拌匀。

3. 将低筋面粉和泡打粉一起筛入黄油中，再加入全麦面粉，简单拌和成面团备用。

4. 将面团放在保鲜膜上，用擀面杖擀成厚约0.5厘米的片状，擀好后再盖上一张保鲜膜，放入冰箱冷冻30分钟使其变硬。

小贴士

* 糖浆是一般市场购买的黄金糖浆，如果没有也可以用自制焦糖糖浆代替。

5. 将烤箱预热至160℃，烤盘垫不粘纸或不粘布；将面片取出，用饼干刻模压出形状，用刀片将饼干移入烤盘。

小贴士

* 在烤饼干的时候，一定要在旁边照看，宁可饼干烤不够熟也不要烤糊了，烤好的饼干开始口味不脆，放凉就脆了，如果凉后还是不脆的话，就再放入烤箱中层，以150℃烤5～10分钟就可以了。

6. 将烤盘放入烤箱的中下层，以上下火烤25分钟左右，关火后继续用余温闷10分钟取出饼干即可食用。

海苔肉松饼干棒 Delicious

口感酥松，还带着肉松的香气和淡淡的海苔味道。



材料

A

黄油……75克

糖……10克

盐……3克

B

全蛋液……50克

低筋面粉……150克

肉松末……10克

泡打粉……3克

海苔碎……15克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：60分钟
- 参考份数：一烤盘，25块左右，6人份
- 厨艺等级：★★★

做法



1. 黄油室温放软后加糖和盐用电动打蛋器打松发，蛋液分三次加入黄油中，每加一点都要充分搅打均匀。



2. 将B料中的低筋面粉和泡打粉先混合好并过筛后加入黄油中，最后将肉松末和海苔碎加入面粉，混合拌成面团。



3. 将揉好的面团擀成长方形的面饼，放入保鲜袋中，放冰箱冷藏30分钟；烤箱预热至170℃，烤盘铺一层烘焙用纸。



4. 将面饼从冰箱中取出，擀成厚0.5厘米的片状，然后切成条状码放在烤盘中，放烤箱中上层，以上下火烤约15分钟即可。



黑芝麻苏打饼干 Delicious

营养丰富，风味独特，口味更是超级棒。

■ 材料

牛奶……85毫升
干酵母……5克
低筋面粉……150克
盐……1克
苏打粉……1克
黑芝麻……5克
黄油……25克
淡盐水（刷表面用）……10毫升

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：50分钟
- ♥ 参考份数：两烤盘，40块左右，6人份
- ♥ 厨艺等级：★★★

■ 做法



1. 将牛奶和干酵母放入容器中混合，充分搅拌均匀。



2. 将低筋面粉过筛后，在面粉中加入盐、苏打粉、黑芝麻和黄油，将酵母牛奶倒入其中，再揉成面团。



3. 揉好的面团包裹保鲜膜饧20分钟，擀成薄片，折叠几次。



4. 最后擀成大约0.2厘米厚的薄片，在表面刷一层淡盐水，用叉子扎出若干孔；烤盘内侧垫一层不粘纸或不粘布。



5. 用饼干模型压出形状，用刀片将压好的饼干坯子移至烤盘，然后将饼干坯子在室温下饧10分钟。



6. 烤箱预热至200℃，饼干入烤箱中上层，烤10分钟即可。



芝士饼干棒 Delicious

饼干界的经典，味道就是那么棒！

■ 材料

A

黄油……75克

糖粉……20克

全蛋液……20克

B

低筋面粉……125克

芝士粉……25克

盐……1克

黑胡椒……1克

欧芹叶……1克

辣椒粉……1克

火腿碎末……5克

C

全蛋液（刷表面用）……10克

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：45分钟
- ♥ 参考份数：一烤盘，25块左右，6人份
- ♥ 厨艺等级：★★★

■ 做法



1. 将黄油放室温下软化，放入不锈钢容器中，加糖粉用电动打蛋器将其充分打至松发，分两次加入全蛋液，打至黄油完全吸收。



2. 低筋面粉过筛三次后，将其加入到打发好的黄油中，再依次加入B料中的其他材料，拌匀成面团。



3. 将揉好的面团擀成厚1厘米的长方形片，包裹保鲜膜后放入冰箱中，冷藏30分钟备用。



4. 将烤箱预热至180℃，烤盘铺不粘纸或不粘布；将面片取出，切成厚0.7厘米的小片，排入烤盘，刷蛋液。

5. 将烤盘放入烤箱的中上层，以上下火烤12分钟左右，烤至饼干呈金黄色即可。

小贴士

* 此饼干为甜咸味，芝士粉是有咸味的，所以盐跟其他饼干的分量差不多。根据个人的喜好，辣椒粉可以不放。


玻璃珠光饼干
Delicious
童话世界里的玻璃饼干，非常适合小朋友们吃哦！
cooking

■ 材料

黄油……100克
糖粉……50克
蛋清……20克
柠檬汁……5毫升
低筋面粉……165克
酸三色（硬水果糖块）……8块

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：30分钟
- ♥ 参考份数：一烤盘，20块左右，4人份
- ♥ 厨艺等级：★★★

■ 做法



1. 黄油在室温下放软，加入糖粉，用电动打蛋器将其搅打松发。蛋清和柠檬汁混合，打散，分三次加入到黄油中，每次加入都要充分搅拌均匀。



2. 将低筋面粉过筛加入到黄油中，简单拌和成面团，用保鲜膜包裹后室温下饧10分钟。



3. 在操作台撒层面粉，然后将面团擀成厚0.5厘米的片，覆盖保鲜膜放入冰箱冷冻室冷冻20分钟；将烤箱预热至180℃，烤盘垫不粘布或不粘纸。

小贴士

* 水果糖经过高温烘烤就会熔化，所以每个空心部分只需放合适的糖块，太多会溢出，太少则会形成有破损的“玻璃”。



4. 然后取出冻硬的面片，用压模压出形状，中间用裱花嘴压出小圆心，用刀片将压好的形状移至烤盘上。



5. 将水果糖块切成细碎，在每个饼干的空心部分放一点，切记不要放太多的水果糖碎。

6. 烤盘放入烤箱中上层，以上下火烤约15分钟至表面呈金黄色关火取出，烤盘要等待放凉，才可取出饼干。



干酪辣肠司康 Delicious

营养美味的极简早餐优质之选！

■ 材料

A

高筋面粉 …… 60克
低筋面粉 …… 60克
细砂糖 …… 5克
泡打粉 …… 1/4小匙

B

黄油 …… 40克

C

全蛋液 …… 30克
牛奶 …… 40毫升
干酪 …… 20克
萨拉米香肠末、洋葱丁　各适量

D

全蛋液（刷表面用） …… 15克

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：70分钟
- ♥ 参考份数：一烤盘，20块左右，4人份
- ♥ 厨艺等级：★★★

■ 做法



1. 将干酪切成小丁；黄油切成小块备用；将A料中的所有材料混合，然后放入黄油小块，搓成细碎的黄油面粉颗粒备用。

小贴士

* 干酪的种类很多，意大利干酪，红波、蓝波都可以，根据自己的口味随意替换。萨拉米香肠是一种意式的风干肠，是辛辣口味的。



2. 将C料加入面粉黄油颗粒中，简单揉成面团，包入保鲜袋中，在室温下饧约20分钟。



3. 操作台撒些干粉，将面团擀成厚1厘米的面片，用圆形饼干模压出形状，放入烤盘室温继续松弛20分钟。



4. 烤箱预热180℃；在松弛好的饼干表面刷上薄薄的蛋液。

5. 烤盘放入烤箱中层，以上下火烤20分钟左右，烤至饼干呈金黄色即可。


巧克力杏仁曲奇 Delicious
完美体现巧克力的醇美与杏仁的浓香。

■ 材料

A

黄油 …… 80克

细砂糖 …… 40克

B

全蛋液 …… 15克

C

低筋面粉 …… 90克

可可粉 …… 10克

杏仁片 …… 50克

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：70分钟
- ♥ 参考份数：一烤盘，20块左右，4人份
- ♥ 厨艺等级：★★★

小贴士

* 鸡蛋如果是在冰箱中冷藏保存的，最好将其恢复到室温后再使用。天冷的时候，可以把鸡蛋放在温水里温10分钟。

■ 做法



1. 将黄油在室温下放软，加入细砂糖，用电动打蛋器将黄油搅打至松发，再加入蛋液搅打至蛋液完全被黄油吸收。



2. 将低筋面粉、可可粉混合后过筛三次，将过筛后的粉类加入到黄油中，再加入杏仁片，简单拌和成面团，用保鲜膜包裹整形成侧面为正方形的长条状，然后放入冰箱冷冻30分钟。



3. 将烤箱预热至180℃，烤盘内侧垫一层不粘布或不粘纸；此时取出冰箱中的面团，用刀将其切成0.6厘米的方片，码放在烤盘内，放入烤箱中上层，上下火烤约20分钟即可。



Part 04





有一种幸福叫满足

蛋糕让你成为“吃货”堆儿里的赢家

Cake

味蕾的小情人，蛋糕背后的秘密

教你做蛋糕 Step By Step!

蛋糕的基础操作

黄油的打发

黄油在冷藏的状态下是比较坚硬的固体，而在室温（25℃左右）时会变得质地较软，即用手指按压可出现印记。黄油在软化状态时可以通过搅打使其裹入空气，体积变得膨大，称为打发。黄油的打发是做好重油类蛋糕、玛芬和曲奇饼干的基础，如果只是将黄油和细砂糖简单地搅拌均匀，烤出蛋糕的蓬松度和口感都较差。需要注意的是，黄油在加热熔化后是不能打发的。

♥ 材料

黄油……125克

细砂糖……10克

♥ 做法



1. 切成小块可以使黄油比较快速地软化。放软的黄油中加入细砂糖或糖粉。



2. 一开始的搅打是为了将细砂糖与黄油混合均匀，不要持续地打，要打几秒后停下来，用搅拌头拌和一下细砂糖和黄油，避免糖四处迸溅。



3. 待黄油表面没有白色的糖或糖粉覆盖了，就可以开始搅打了，一般从低速开始，慢慢调至高速。



4. 直到搅打到细砂糖溶化，黄油颜色变浅，并且略微有些膨胀，搅拌头经过的纹路呈羽毛状的浓膏即可。

国明老师小叮咛

× 用电动打蛋器打4～8分钟，黄油越多搅打的时间就越长。同时，如果室温比较低，最好是隔温水搅打。

蛋清的打发

新鲜的蛋清较冰箱中存放的蛋清会更容易打发。蛋清是碱性的，可以加入少量塔塔粉、柠檬汁或白醋等酸性材料用以中和其性质。糖可以增加蛋清的黏性和用以支撑结构，增加其稳定性，一般一个蛋清配10～20克细砂糖最为合适。打发好的蛋清要立即使用，而且在与其他材料混合时也应该快速轻拌，否则蛋清很容易消泡塌陷。短时间不用的打发好的蛋清放入冰箱中冷藏能更好地保持其状态。

♥ 材料

蛋清……4个
细砂糖……20克
柠檬汁……3毫升

♥ 做法



1. 首先将蛋清放入容器中，打发蛋清时要注意容器内不能沾有一点水和油。因为蛋黄含有脂肪，所以分开的蛋清中也不能含有一点蛋黄。

2. 加入柠檬汁，用电动打蛋器先搅打30秒左右，使其表面搅起大泡，然后加入1/3的细砂糖继续搅打，待1分钟后表面浮起更多更白更细小的泡沫时再加1/3的细砂糖，最后的1/3在大约2分钟后蛋清打到湿性发泡状态时放入。

3. 湿性发泡状态：蛋清一直搅打，细小的泡沫越来越多，同时体积不断增大，直到所有泡沫雪白均匀如同鲜奶油般的细腻，此时用打蛋器头勾起蛋清，会感觉泡沫有弹性并且上部直挺，但尾端会稍带弯曲，这个阶段称为湿性发泡，也可以称为七分发状态。这种状态适合制作蛋糕卷或某些高水分的戚风类蛋糕。

4. 干性发泡（硬性发泡）状态：湿性发泡的蛋清继续搅打（1～2分钟），能感觉到蛋清更加浓稠，打蛋器搅拌时的阻力增大，此时如果用打蛋器头勾起蛋清，整个勾起部分的蛋清保持弹性和直挺的状态，即搅拌完成。此阶段称干性发泡或十分发状态，很多品种蛋糕的蛋清要求打至此阶段。

小贴士

* 将打好的蛋清和蛋黄糊混合时要用橡皮刮刀将面糊上下翻拌，而不能转圈搅拌，并且速度要快。这样做不容易使打好的蛋清消泡塌陷，混合好后倒入模具以及烤箱的操作也要迅速。

蛋黄的搅打

蛋黄部分的充分搅打可以使蛋黄的乳化性充分释放，做出的戚风蛋糕口感更加细腻。

♥ 材料

蛋黄……4个

细砂糖……10克

♥ 做法









1. 蛋黄和细砂糖混合，用打蛋器搅打，逐渐由慢速调至快速，搅打3分钟左右。

2. 打至蛋黄颜色变浅，糖基本溶化，并且蛋黄液变得浓稠有光泽就可以了。

小贴士

* 用手动打蛋器也可以，用力朝一个方向搅打即可，如果力度足够，搅打的时间跟电动打蛋器差不多。
* 蛋黄一定要提前从冰箱中取出，使其恢复常温，这样的蛋黄比较容易打发。

全蛋的打发

全蛋的打发，多用于制作全蛋蛋糕，即不需分开蛋清和蛋黄，将整个鸡蛋进行打发。

♥ 材料

鸡蛋……3个

细砂糖……10克

♥ 做法









1. 将鸡蛋蛋液和细砂糖混合，用电动打蛋器搅打。

2. 鸡蛋的温度在35℃左右较易打发，在搅打时可以隔一盆温水，水的温度在80℃左右就可以。

3. 打至鸡蛋膨胀三倍左右，蛋糊浓稠，并且体积保持在容器边缘的一个位置不再继续攀升。提起打蛋器，打蛋头部分提起的糊有尖状直钩即可。

小贴士

* 全蛋打发后的体积不如只搅打蛋清增加的多，并且打发后的状态也更容易消泡，所以接下来混合其他材料的过程要快速而且轻柔。

芝士蛋糕底的制作

因为芝士蛋糕口感比较扎实、细腻，一般都需要配一层饼干碎或蛋糕片做底，一来可以起到隔垫的作用，方便拿取和切分，二来也起到了跟芝士相搭配丰富口感的作用。饼干底常采用消化饼干做原料，奥利奥巧克力饼干也可以。蛋糕片通常就选用戚风蛋糕切下的薄片。

♥ 材料

消化饼干……80克

融化黄油……40克

♥ 做法

1. 将消化饼干装入厚实的食品袋中，然后用擀面杖敲打成大碎块后再擀成均匀的碎末，然后倒在小碗中，加入熔化的黄油，搅拌均匀。
2. 倒入模具，用勺子或擀面杖头部将饼干黄油碎按平、按紧实。
3. 将盛有饼干黄油碎的模具放入冰箱的冷冻室中冷冻5～10分钟使其定型即可。


1-1


1-2


1-3


1-4

动物性鲜奶油

动物性鲜奶油是从牛奶中提炼出的乳脂肪，奶香浓郁、顺滑浓稠。根据脂肪含量的多少，又分为浓奶油和淡奶油，脂肪含量相对少的称为淡奶油，多的称为浓奶油。动物性鲜奶油比植物性鲜奶油更有营养，但其保质期短，平时存放于冰箱冷藏保存，打开后要尽快使用完，否则容易变质。动物性鲜奶油打发后更适合装饰不复杂的蛋糕。另外其打发后的状态稳定性较差，需要冰箱冷藏保存，并尽快食用。

♥ 材料

动物性浓奶油……100克

细砂糖……10克

♥ 做法


1-1


1-2


2


3

1. 从冰箱冷藏室取出动物性奶油，倒入容器，加入细砂糖用电动打蛋器搅打。
2. 从慢速开始，约搅打3分钟后变得体积膨胀且越来越浓稠，但这时的状态还较粗糙，状态也偏稀软。
3. 打5～6分钟后鲜奶油的体积进一步膨胀，质地更为浓稠，待搅打至硬挺即可。

植物性鲜奶油

植物性鲜奶油又称人造鲜奶油，主要成分为棕榈油、玉米糖浆及其他氢化物。植物性鲜奶油通常为冷冻保存，呈冰激凌状，保质期在12个月左右。使用前提前12小时移至冰箱冷藏室解冻，打发前从冷藏室中取出即可搅打。植物鲜奶油通常是甜的，不需要再加糖。平时买到的多为1000毫升规格装，如果反复解冻，将影响打发的效果。所以买回后可以将外面的纸盒撕开，将冷冻状态下的植物鲜奶油用刀切成几块，然后分别装入密封保鲜袋或保鲜盒中保存，这样每次使用时取出一部分解冻即可。植物性鲜奶油打发后的状态细腻洁白，性质稳定，能保持复杂多样的各种形态，如果温度保持合适可以存放两天左右。

♥ 材料

植物鲜奶油……400克

♥ 做法



1. 从冷藏室取出植物鲜奶油，倒入容器中，用电动打蛋器搅打。



2. 从慢速开始，大约搅打2分钟后体积就会膨胀很多且越来越浓稠，但这时的状态还比较粗糙。



3. 打4～5分钟后鲜奶油的颜色越来越白，质地也开始变得细腻，体积进一步膨胀，表面开始有打蛋头搅打的纹路，这时提起打蛋头，带出的奶油比较柔软。



4. 再继续搅打1～2分钟至鲜奶油表面纹路清晰，状态更挺实即可。

国明老师小叮咛

- 此分量的鲜奶油打发后可以装饰一个8寸的戚风蛋糕，请根据蛋糕的大小调整用量。
- 鲜奶油的打发与环境温度有很大关系，通常在15～25℃间操作更为有利，所以在夏季高温时，隔冰水打发更容易。
- 鲜奶油也非常容易搅打过头，过头的状态是搅拌时感觉奶油很硬，并且表面变得粗糙。如果打发好后长时间不用，就会出现此种情况，这时可再加入些新鲜的奶油，重新搅拌一下即可。

Notes!

家庭烤箱使用小常识



1 如何选择烤箱

家用烤箱的品牌和规格有很多，选择时有以下几个要点。

1.最高温度能达到250℃：因为烘烤时需要的温度一般都不超过250℃。

2.可以定时60分钟或更长的时间：因为有些点心或肉类需要烤很久，能定时60分钟或120分钟的烤箱在烤制时更为方便。

3.容积在20升以上，且内部有至少三层放置烤盘的位置：因为足够的空间才可以放置比较常用的蛋糕模具，而且相对来说容积越大的烤箱空间内部温度越均匀，而且不同的烘焙品在烘烤时需要放置在上下不同位置。

4.烤箱有顶部和底部两层加热原件，并且可以分开控制开关：有些烘焙品需要单独用上火或下火时会更好控制。

2 关于烤箱的烘烤温度和烘烤时间

每种食品都有一个烘烤时间和烘烤温度，但这只是个参考，因为烤箱在不同的品牌之间、同品牌不同型号之间，甚至是同型号的不同个体之间都会存在温度的差异，一般在上下20℃之内都很普遍。所以要了解使用的烤箱，它的温度是偏高、偏低还是不高不低，都需要慢慢摸准它的脾气。烘烤时间也同样，既然烤箱存在温差，那么烧烤时间的长短也要做适当调整，另外时间跟烤箱中放了饼干的多少、比萨的尺寸大小、蛋糕的薄厚都有关系，最好的办法就是初期使用时别怕麻烦，多多观察实践，等熟悉了烤箱的特点后这些问题就会迎刃而解了。

3 烤箱的层数怎么分

烤箱侧壁有几个横的凹槽或凸起的铁架，是用来架放烤盘或烤网的，如果烤箱内能有5层这样的凹槽或铁架是最方便使用的，我们可以根据不同的食品，将其放在烤箱不同的位置，通常有中层、上层、下层、中上层和中下层，至少也应该有三层才比较好用。

4 烤箱使用注意事项

1.新买来的小型烤箱，里面的链接零件很多都是用胶性材料黏合的，所以最好先空烧20分钟左右，使胶性材料挥发一下。

2.使用烤箱尤其要注意防烫，不要将手碰触到上下加热管，同时拿取热的烤盘时一定要戴手套。热的烤盘要放置在防烫的木板、石板或金属材质上，防止桌面等家具被烫坏。

3.烤箱每次使用完毕后，应该立即进行清理，将滴落在烤盘、烤箱内的油、水和蛋糕面糊等污物及时擦拭干净。如果是烤肉后更应该趁烤箱温热时，用抹布蘸温热的洗洁精将油污擦干净，而且要敞开烤箱门进行放味。

5 烤箱如何预热

当烤盘盛满需要烘烤的食品进入烤箱时，烤箱就已经达到了需要的温度。这就需要提前5～10分钟将烤箱打开，把旋钮转到指定的温度，让它空烧一会儿，这就是预热。



传统布朗尼蛋糕 Delicious

布朗尼的湿润绵密成了最赞的美味。

材料

A

核桃仁……100克

葡萄干……50克

B

黄油……110克

黑巧克力……110克

C

鸡蛋……3个

细砂糖……200克

D

低筋面粉……100克

可可粉……10克

小苏打……1克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：70分钟
- 参考份数：屋顶蛋糕模1个（或6寸蛋糕模），8人份
- 厨艺等级：★★

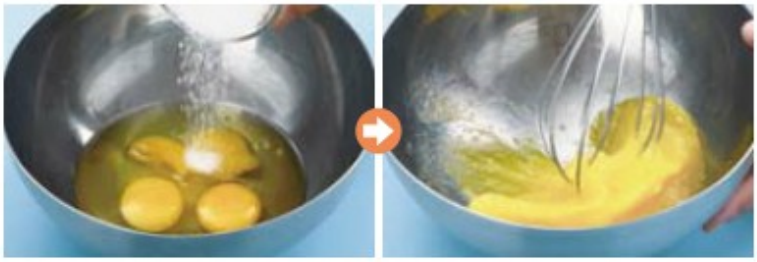
做法

1. 核桃仁提前烤熟；葡萄干用温水泡软后滤干水分备用。

2. 将黄油和巧克力切成几块，放入容器，并隔热水搅拌至熔化。

小贴士

* 熔化的巧克力和黄油，都要晾至温热后再加入面糊，以免温度过高烫熟面糊。



3. 鸡蛋与糖混合均匀后，用电动打蛋器打4～5分钟，搅打至糖溶化蛋液发白，烤箱预热至170℃。



小贴士

* 巧克力和黄油都最好采用隔热水熔化的方法，水也不需要煮沸，60～70℃为最佳，可不断地搅拌促使其加快熔化。直接用明火或是微波炉加热容易使巧克力翻砂和煳化。

4. 将低筋面粉、可可粉、小苏打混合过筛后加入蛋液中，然后再加入核桃仁和葡萄干搅拌均匀；将熔化的巧克力、黄油液倒入面糊，搅拌均匀。



5. 将面糊倒入模具，放入烤箱中下层，上下火，烤45分钟左右即可。

小贴士

* 以布朗尼命名的蛋糕有很多种做法，通常是指这种重油重细砂糖的浓郁巧克力口味蛋糕，不同的配方中还会加入核桃、杏仁或葡萄干等增加风味。



贝壳小蛋糕 Delicious

柠檬皮屑使这款蛋糕的口感变得更加清新。

材料

A

细砂糖……100克

柠檬皮……20克

B

鸡蛋……2个

牛奶……10毫升

C

低筋面粉……100克

泡打粉……3克

D

熔化黄油……100克

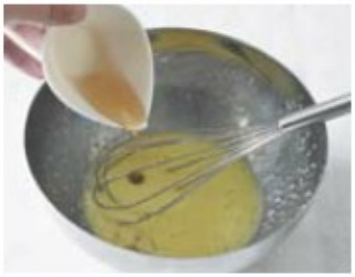
工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：90分钟
- 参考份数：小贝壳模16个，8人份
- 厨艺等级：★★★

做法



1. 将柠檬皮洗净，切成细碎备用；将鸡蛋蛋液与细砂糖混合均匀，充分搅打。



2. 将打好的蛋液中加入熔化后的50克黄油，用打蛋器搅匀，再加入10毫升牛奶拌匀。



3. 将面粉、泡打粉混合过筛后加入蛋糊中，搅拌至均匀，完全无颗粒。



4. 将切好的柠檬皮细碎倒入面糊中，搅拌至均匀且成为表面有光泽的面糊后盖保鲜膜，放入冰箱冷藏室内冷藏1小时备用。



5. 再向面糊中倒入剩余的熔化黄油；烤箱预热至190℃。

小贴士

* 模具如果不防粘，可以提前涂一层黄油，并撒上些面粉再倒出多余的粉，这样能很好地防止蛋糕粘连在模具上脱不下来。



6. 将完全调制好的面糊装入裱花袋中，挤入模具中，约9分满的状态，放入烤箱，以上下火，放烤箱中层烤12－15分钟，烤至蛋糕表面呈金黄色、体积膨大即可。



香蕉巧克力玛芬 Delicious

香蕉还能如此美味！

材料

A

香蕉……100克

B

牛奶……60毫升

植物油……30克

细砂糖……60克

鸡蛋……1个

朗姆酒……1小匙

C

低筋面粉……100克

泡打粉……1小匙

巧克力豆……30克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：35分钟
- 参考份数：小纸杯8个，8人份
- 厨艺等级：★★

做法



1. 香蕉去皮，放入容器中，用勺子压成泥状，然后依次加入植物油、牛奶、细砂糖和鸡蛋液搅拌均匀，再加入1小匙朗姆酒拌匀。

小贴士

* 外皮长满黑芝麻点的、看起来不是那么新鲜的香蕉更适合做点心。熟透的香蕉味道香甜，肉质也更软糯，适合操作。



2. 低筋面粉、泡打粉混合过筛后加入以上原料搅拌均匀。



3. 倒入巧克力豆搅拌均匀；将烤箱预热至170℃。



4. 将蛋糕糊倒入纸杯，7~8成满，放入烤箱中层，上下火，烤25~30分钟即可。



玉米培根蛋糕 Delicious

有培根的蛋糕更好吃!

材料

A

中筋面粉……70克
粗玉米粉……70克
泡打粉……3克
盐……2克
糖……20克

B

淡奶油……125克
蜂蜜……25克
鸡蛋……1个
色拉油……25克

C

玉米粒……20克
培根……50克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：35分钟
- 参考份数：车轮蛋糕模1个，8人份
- 厨艺等级：★★

做法

















1. 将中筋面粉和泡打粉、粗玉米粉、盐、糖混合均匀，过筛三次；烤箱预热至185℃；培根从包装袋中取出后，沥干其表面的水分，再将培根切成小粒备用。

小贴士

* 用料中的粗玉米粉不是玉米淀粉，而是常用来熬粥的粗颗粒的玉米面。

2. 将鸡蛋磕入碗中，充分打散成蛋液，再将打散后的蛋液和蜂蜜、色拉油、淡奶油混合均匀，用打蛋器将其搅打成光滑液体。

3. 将液体分次加入到粉料中，加入事先准备好的玉米粒和培根碎，用橡皮刮刀将其翻拌均匀，倒入蛋糕模具中。

4. 将盛有蛋糕面糊的蛋糕模具放入已经预热好的烤箱中层，以上下火烤约20分钟，烤至蛋糕表面呈金黄色，用手轻按蛋糕表面可以迅速弹回即可。

小贴士

* 如果所选用的蛋糕模具不是不粘的模具，需要在模具上刷一层色拉油防粘。

什锦果干芝士蛋糕 Delicious

口味变化多端，魅力不可抵挡。



■ 材料

A

葡萄干、蔓越莓、蓝莓 共70克

核桃仁……30克

白兰地酒……80毫升

B

奶油奶酪……125克

黄油……50克

糖……50克

C

鸡蛋……75克

牛奶……30毫升

D

低筋面粉……120克

泡打粉……2克

盐……1克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：50分钟
- 参考份数：4寸环形蛋糕模2个，6人份
- 厨艺等级：★★★

■ 做法

1. A料除核桃仁外的果干全部洗净，沥干水分，用白兰地酒浸泡一夜。
2. 奶油奶酪切小块，在室温放软后，加入糖用打蛋器打软（可隔热水搅打）；黄油放软后也加入到奶酪中，搅打至跟奶酪混合均匀无颗粒。
3. 在上料中分两次加入鸡蛋，搅拌均匀后加入牛奶；烤箱预热至170℃。
4. D料混合过筛，加入到奶酪中，搅拌均匀成面糊；模具涂油撒粉做防粘处理。
5. 果干沥干水分和核桃仁一起加入到面糊中，搅拌均匀，倒入模具，放入烤箱中层，上下火，烤35分钟至表面金黄即可。

小贴士

* 奶油奶酪搅打时，隔热水会使奶酪变软，更容易搅打。


























蜜桃翻转蛋糕 Delicious
朋友聚会时的精彩甜点!

材料

A

黄油……120克

糖……40克

鸡蛋……75克

B

低筋面粉……130克

泡打粉……2克

罐头果汁……65克

黄桃罐头果肉……450克

C

黄油（涂抹烤盘用）……5克

红糖……5克

酒浸葡萄干……20克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：60分钟
- 参考份数：8寸浅圆蛋糕模1个，8人份
- 厨艺等级：★★★

做法



1. 将黄油切成小块，在室温中放软，和糖混合后用打蛋器打发，鸡蛋打散，分4～5次加入到黄油中，每次加入蛋液后都要搅拌至鸡蛋液完全被黄油吸收。



2. 筛入面粉和泡打粉，跟黄油搅拌均匀，接着倒入罐头汁，再搅拌成面糊，最后加入黄桃果肉丁（100克黄桃果肉切丁）。



3. 将烤箱预热至175℃，将蛋糕模内层涂抹一层黄油防粘，然后均匀地撒上红糖和酒浸葡萄干，然后把剩下的黄桃果肉切成整齐、薄厚均匀的片，紧密地码放一层。



4. 把面糊装入裱花袋挤入蛋糕模具，将表面稍稍抹平。

小贴士

* 面糊也可以不用裱花袋，直接倒入模具中，但是不容易保持底部水果片的整齐。



5. 放入烤箱中层，以上下火烤40分钟左右即可。



大理石磅蛋糕 Delicious

厚重的口感令你每次品尝都意犹未尽。

材料

A

黄油……120克

糖……60克

盐……1克

全蛋液……100克

B

低筋面粉……40克

泡打粉……1克

C

低筋面粉……35克

可可粉……5克

泡打粉……1克

D

低筋面粉……35克

抹茶粉……5克

泡打粉……1克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：50分钟
- 参考份数：长方形磅蛋糕模1个，6人份
- 厨艺等级：★★★

做法



1. 将黄油从冰箱中取出后，切成小块。将黄油小块放入容器中，加入糖和盐搅匀后，用电动打蛋器将其打发，全蛋液一点点加入黄油中，每次加入一部分蛋液都要搅拌至被黄油完全吸收才可以再加第二次，将打发好的混合物均匀分成三份备用。



2. 将B、C、D料中的材料分别混合在一起，再分别过筛，并将过筛好的B、C、D料分别加入到一份黄油中，混合搅拌均匀，制成三种颜色的面糊；将烤箱预热至180℃。



3. 在模具内垫一层不粘布或是不粘纸，每个颜色的面糊分别挤入模具，然后用竹签稍稍搅拌至有花纹出现。

小贴士

* 为了使蛋糕的三种颜色更清晰，可以将每种颜色不规则地挤到模具的前中后部，这样做可以保持自然的花纹。

4. 将盛有三色面糊的模具放入已经预热好的烤箱中层，烘烤25～30分钟，烤至蛋糕体积膨大，用手轻按可以迅速回弹时即可。



原味戚风蛋糕 Delicious

100%成功独家秘方。

材料

蛋黄	4个	香草香精	2滴
糖	80克	低筋面粉	80克
盐	少许	泡打粉	2克
色拉油	45毫升	蛋清	4个
牛奶	40毫升	柠檬汁	3滴

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：60分钟
- 参考份数：8寸活底圆蛋糕模1个，4人份
- 厨艺等级：★★★

做法

































1. 将蛋黄和糖混合，用电动打蛋器搅打，打至糖溶化、蛋黄颜色变浅，加入盐，搅拌均匀，加入色拉油，要每加一勺就搅拌均匀后再加第二、第三勺，牛奶也同样加入蛋黄中，最后加入香草香精搅拌均匀成蛋黄糊备用。

2. 低筋面粉和泡打粉混合，过筛后加入蛋黄中，用橡皮刮刀搅拌均匀。

3. 蛋清加入柠檬汁后，用电动打蛋器搅打半分钟至蛋清起粗泡时，加入1/3的糖，搅打到更多的细泡状态再加1/3的糖，打到湿性发泡状态再加最后的1/3糖直至干性发泡。

4. 将烤箱预热至160℃。

5. 将1/3的蛋清倒入蛋黄面糊中，用刮刀翻拌均匀，再继续分两次将剩余的蛋清拌入。

6. 将面糊倒入模具，轻磕几下，排出蛋糕面糊里面的气泡。

7. 放入烤箱中下层，以上下火烤60分钟，待烤完用手轻轻拍打蛋糕表面，至没有沙沙的声音。

小贴士

* 烤箱一定要提前预热，烘烤的火候和时间要注意观察，烘烤温度在160～180℃即可，烘烤时间可相应缩短至45分钟左右。140～160℃之间烘烤更不容易开裂，时间会长些。

8. 蛋糕烤好后立即取出，倒扣在烤网上，晾凉脱模即可。



可可戚风蛋糕 Delicious

美食不仅仅是味觉上的享受，也是一门艺术！

材料

A

蛋黄……4个
糖……20克
色拉油……45毫升
牛奶……40毫升
香草香精……2滴

B

低筋面粉……2克
可可粉……8克
泡打粉……2克
小苏打……1/8小匙

C

蛋清……4个
柠檬汁……3滴
糖……60克

做法

1. 蛋黄和糖打发，加色拉油、牛奶、香草香精搅匀成蛋黄糊。
2. B料混合过筛，加入蛋黄中，搅拌均匀成可可面糊。
3. 蛋清加入柠檬汁打发，中间分三次加入糖，打至9分发。
4. 烤箱预热至160℃；将1/3的蛋清倒入蛋黄面糊中翻拌均匀，再将剩余的蛋清拌入，倒入模具，轻磕排出气泡。
5. 放入烤箱中下层，以上下火烤60分钟。
6. 在烤好后立即取出，倒扣在烤网上晾凉脱模即可。

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：80分钟
- 参考份数：8寸活底圆蛋糕模1个，4人份
- 厨艺等级：★★★



蜂蜜抹茶蛋糕 Delicious

清雅醇香，爽口不腻，是伴茶的最佳选择！

工坊手记

- ♥ 准备时间：10分钟
- ♥ 制作时间：70分钟
- ♥ 参考份数：8寸活底方蛋糕模1个，4人份
- ♥ 厨艺等级：★★★

■ 材料

A

蛋黄……5个
糖……20克
色拉油……2大匙
蜂蜜……2大匙
牛奶……2大匙

B

蛋清……5个
柠檬汁……2滴
糖……50克

C

低筋面粉……75克
玉米淀粉……10克
抹茶粉……10克

■ 做法

1. A料：蛋黄和糖搅匀，加入色拉油、蜂蜜和牛奶再次搅匀成蛋黄糊。
2. C料混合过筛后加入蛋黄中，搅拌均匀做成抹茶面糊。
3. B料：蛋清中加入柠檬汁打发，分三次加入糖，打至9分发。
4. 烤箱预热至170℃；将1/3的蛋清倒入蛋黄面糊中翻拌均匀，再将剩余的蛋清拌入；倒入模具，轻磕排出气泡。
5. 放入烤箱中下层，上下火，烤55分钟，待烤完用手轻轻拍打蛋糕表面。
6. 倒扣在烤网上晾凉脱模蛋糕就做好了。



南瓜戚风蛋糕 Delicious

加了南瓜的戚风蛋糕有讨喜的色泽还有隐隐的南瓜细丝，健康营养、真材实料！

材料

南瓜……200克
蛋黄……3个
糖……70克
色拉油……3大勺
牛奶……20毫升
低筋面粉……80克
蛋清……4个

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：60分钟
- 参考份数：4寸环形蛋糕模2个，6人份
- 厨艺等级：★★★

做法



1. 南瓜去皮、瓤后切块，微波炉蒸熟，取100克用打蛋器搅打均匀。



2. 在南瓜泥中加入蛋黄和10克糖混合搅打均匀，分三次加入色拉油，每次都搅拌均匀，同样加入牛奶拌匀。

小贴士

* 南瓜品种不同蒸的时间也不同，蒸好后的水分也不一样，所以加入牛奶的量不确定，基本能让南瓜泥搅拌得开，不太粘匙子即可。



3. 面粉过筛加入到蛋黄南瓜泥中，拌匀成南瓜面糊；烤箱预热至180℃。



4. 蛋清打发，搅拌过程中分三次加入60克糖，直至打至9分发。



5. 蛋清分三次与南瓜蛋黄面糊混合均匀，倒入模具，放入烤箱中下层，上下火，烤45分钟左右。

6. 烤好后立即取出，倒扣在烤网上放凉，然后脱模即可。


椰香蛋糕 Delicious
令烘焙新手信心大增的蛋糕。

材料

色拉油……3毫升
椰蓉……25克
蛋黄……3个
糖……70克
色拉油……3大匙
椰浆……3大匙
低筋面粉……70克
蛋清……4个

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：60分钟
- 参考份数：6寸空心螺纹活底模1个，3人份
- 厨艺等级：★★★

做法

1. 模具做防粘处理，在模具的内侧涂一层色拉油，再撒满椰蓉，然后将多余的椰蓉倒出。
2. 蛋黄和10克糖混合，打至蛋黄的颜色变浅、糖基本溶化，并且蛋黄液变得浓稠有光泽，逐步加入色拉油和椰浆，充分搅拌均匀。

小贴士

* 椰浆的加入使椰子味更浓郁。如果没有椰浆也可以用牛奶代替，或者用冲水喝的椰子粉跟水混合代替。

3. 椰蓉和过筛后的低筋面粉一同加入到蛋黄中，搅拌均匀；烤箱预热至180℃。
4. 将蛋清放入容器中，用电动打蛋器将其充分打发，其间分三次加入60克糖，直至打发至9分。
5. 蛋黄面糊和蛋清分次混合均匀，倒入模具，放入烤箱中下层，上下火，烤45分钟左右。
6. 将烤好的蛋糕立即从烤箱中取出，将其倒扣在烤网上，充分放凉后脱模即可。


1-1


1-2


2-1


2-2


2-3


3-1


3-2


4-1


4-2


5-1


5-2


5-3



蔓越莓天使蛋糕 Delicious

蛋糕吃上瘾——洁白无瑕的蔓越莓天使蛋糕。

材料

酸奶……120毫升
色拉油……40毫升
香草香精……2克
低筋面粉……95克
蛋清……5个
糖……75克
酒浸蔓越莓……60克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：65分钟
- 参考份数：18厘米空心戚风模1个，4人份
- 厨艺等级：★★★

做法



1. 将酸奶倒入容器中，在酸奶中加入少许色拉油，搅拌均匀，加一点香草香精，再次充分搅拌均匀。



2. 低筋面粉过筛，加入酸奶中，混合搅拌均匀；烤箱预热至160℃。

小贴士

* 蔓越莓裹一点干面粉再放入面糊，有利于果干均匀地分布在蛋糕中，不至于都沉入蛋糕底部。



3. 蛋清中分三次加入糖，用电动打蛋器打发，打至9成发。



4. 打好的蛋清分2~3次加入到面糊中，每次都轻轻拌至混合均匀。



5. 蔓越莓沥干酒，再用10克面粉裹匀在表面，加入面糊中，然后倒入模具中。

6. 放入烤箱中下层，以上下火烤约60分钟，烤好后，立即取出倒扣，晾凉即可脱模。

小贴士

* 空心模非常好看，烘烤也更均匀，有利于蛋糕的体积膨胀，但脱模比较麻烦，凉一点时用小刀片、长竹签或脱模刀在四周和芯部轻轻划开，脱出底部蛋糕体，再将底部剥离即可。

酸奶蛋糕 Delicious

可以媲美轻乳酪蛋糕的酸奶蛋糕登场啦！



材料

酸奶	200毫升	玉米淀粉	20克
熔化黄油	50克	蛋清	4个
蛋黄	4个	柠檬汁	3滴
低筋面粉	45克	糖	60克

工坊手记

- 准备时间：5分钟
- 制作时间：75分钟
- 参考份数：8寸慕斯圈一个，4人份
- 厨艺等级：★★★

做法



1. 酸奶倒入容器，然后倒入熔化的黄油搅拌均匀，再加入蛋黄，搅打至所有材料混合均匀。



2. 低筋面粉和玉米淀粉混合，过筛后加入到蛋黄酸奶中，搅拌均匀。



3. 蛋清加入柠檬汁打发，搅拌过程中分三次加入糖，搅打至干性发泡后备用。



4. 将烤箱预热至160℃，再将1/3的蛋清倒入酸奶蛋黄面糊中，用刮刀翻拌均匀，再继续分两次将剩余的蛋清拌入。



5. 无底的慕斯圈用锡纸包裹后，将面糊倒入模具，轻轻震出气泡。

小贴士

* 如果用慕斯圈当做模具，外部要包裹厚的锡纸，以防止蛋糕糊流出。



6. 烤盘中倒入清水，模具放入烤盘中，放入烤箱下层，烤60~70分钟。

小贴士

* 水浴的方法烤制酸奶蛋糕，组织更湿润，口感更细腻，随着烘烤后水的挥发，中途可向烤盘内加入些温水。

7. 蛋糕出炉后，放凉再脱模即可，放冰箱冷藏后食用，口感更佳。



芝士夹心小蛋糕 Delicious

香甜中带着芝士的香滑浓郁。

材料

蛋黄……2个
糖……40克
色拉油……1大匙
牛奶……1大匙
低筋面粉……40克
泡打粉……1/4小匙
蛋清……2个
奶油奶酪……80克
柠檬汁……12克
柠檬碎……1小匙
朗姆酒……5毫升

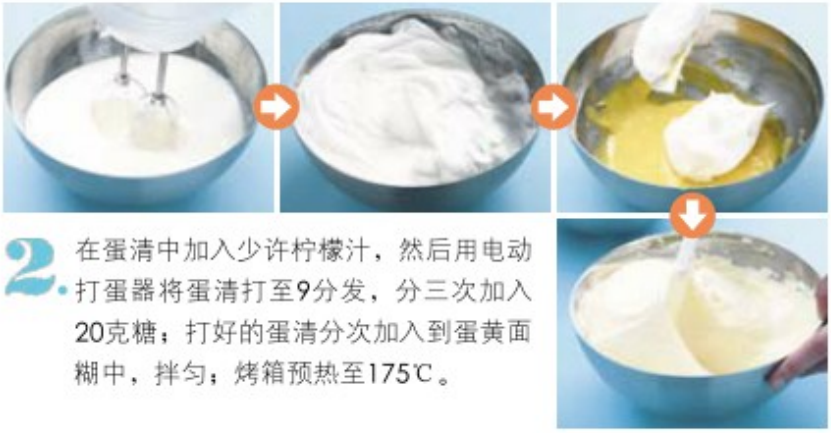
工坊手记

- 准备时间：5分钟
- 制作时间：50分钟
- 参考份数：大约15组，3人份
- 厨艺等级：★★★

做法



1. 蛋黄和10克糖混合打发，依次加入色拉油和牛奶；低筋面粉和泡打粉过筛加入其中，搅拌均匀。



2. 在蛋清中加入少许柠檬汁，然后用电动打蛋器将蛋清打至9分发，分三次加入20克糖；打好的蛋清分次加入到蛋黄面糊中，拌匀；烤箱预热至175℃。



3. 面糊倒入裱花袋，挤成3厘米圆饼，放入烤箱中，烤约15分钟。

小贴士

* 在挤制小蛋糕圆饼时，尽量保持大小薄厚均匀，这样容易控制烤箱的温度和时间。



4. 奶油奶酪切成小块，和10克糖、柠檬汁、朗姆酒以及柠檬碎混合搅拌，打发至软滑，夹在两片蛋糕中间即可食用。



经典提拉米苏 Delicious

提拉米苏在意大利文里有“带我走”的含义。带走的不只是美味，还有爱和幸福。

材料

马斯卡彭奶酪……200克
朗姆酒……5克
柠檬汁……5毫升
蛋黄……2个
糖……30克
吉利丁片（1片）……5克
鲜奶油……200克
糖……30克
咖啡粉……3克
咖啡酒……5毫升
手指饼干（垫底和夹心用）120克
可可粉（装饰用）……少许

工坊手记

- 准备时间：5分钟
- 制作时间：15分钟
- 参考份数：3人份
- 厨艺等级：★★★

做法





















1. 将准备好的马斯卡彭奶酪放入容器中，用电动打蛋器将其搅打至松软状态；向打发后的马斯卡彭奶酪中加入少许朗姆酒和柠檬汁，充分搅拌均匀；吉利丁片用凉水泡5分钟使其变软。

小贴士

* 马斯卡彭奶酪（Mascarpone cheese）是制作提拉米苏的必备奶酪，这种产自意大利的奶酪，是一种发酵时间短的奶酪，状态更接近于浓稠的奶油状，质地非常柔软，口味清淡。

2. 将蛋黄和30克糖混合均匀，隔热水（水温不超过80℃）打至颜色发白，糖溶化，加入泡软的吉利丁片，不断搅拌使吉利丁片完全溶化，稍凉后备用。

3. 将鲜奶油和30克糖打发至湿性发泡；将以上分别打好的奶酪、蛋黄和打发的鲜奶油混合，搅拌均匀成奶酪糊备用。

4. 咖啡粉中加少许热水混合均匀，晾凉后加入咖啡酒。

小贴士

* 提拉米苏是现今名扬四海的意式冷冻芝士，它以丝滑香醇的口感，将咖啡的苦、糖的甜、酒的醇、可可粉的干爽、手指饼干的绵密、乳酪和鲜奶油的浓郁糅合在一起。

5. 将手指饼干切成适合大小，蘸少许咖啡液后放入模具的底部，然后在上面倒入一半奶酪糊，再放一层浸湿咖啡的饼干，接着倒入剩余的奶酪糊，将模具轻磕几下使最下层的奶酪糊平整，放入冰箱冷藏4小时后即可食用。

小贴士

* 手指饼干一般有专门售卖的，当然，如果有兴趣也可以自己制作。详细步骤参考P104。

6. 食用前筛入可可粉装饰即可。

樱桃冻芝士蛋糕 Delicious

不能错过的樱桃季！



材料

A

蛋黄……2个

糖……35克

蛋清……2个

低筋面粉……30克

玉米粉……10克

B

吉利丁片……2片

C

奶油奶酪……180克

糖……40克

D

蛋黄……2个

糖……20克

牛奶……40毫升

鲜奶油……100克

柠檬汁……5毫升

朗姆酒……5毫升

E

樱桃罐头……半罐

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：50分钟
- 参考份数：6寸慕斯圈1个，6人份
- 厨艺等级：★★★★★

做法

































1. A料中的蛋黄和5克糖搅打成浅黄色；蛋清打发，过程中分两次加入30克糖；蛋黄和蛋清混合，搅拌均匀后筛入低筋面粉和玉米粉，拌匀成手指饼干面糊。

2. 烤箱预热至190℃，烤盘垫不粘布；将1厘米直径的圆口花嘴放在裱花袋上装入面糊，在烤盘上挤成短手指联排围边状，和圆形饼状。

3. 烤盘放入烤箱中上层，上下火，烤约8～10分钟至表面颜色稍变黄。

4. 将B料中的吉利丁片放入冰水中，浸泡约5分钟的时间。

5. 然后把C料的奶油奶酪切小块放在室温让其软化，加入糖后用打蛋器搅打至顺滑。

6. 将放凉的手指饼放入模具，底部垫圆形的片状，短手指饼干联排的围在模具的侧面一圈。

7. 将D料的蛋黄和糖搅打后加入牛奶，再加入泡软的吉利丁片，搅拌至溶化，与奶酪混合均匀；鲜奶油打发，跟奶酪蛋黄混合均匀，加入朗姆酒和柠檬汁。

8. 将混合好的奶酪糊倒入模具，先倒入1/3，冷冻5分钟，随后铺一层樱桃罐头果粒，然后再倒入奶酪糊至模具顶部，冷藏6小时至凝固即可。

小贴士

* 倒入模具时，先倒入1/3高度的奶酪糊冷冻5分钟是为了让这一层稍稍凝固，这样在摆放樱桃时不至于沉入蛋糕底部，使其造型更美观。



巧克力冻芝士蛋糕 Delicious

酥脆馥郁，唇齿间绽放迷人华丽难忘的味觉之旅。

材料

A

原味戚风蛋糕片……1片

吉利丁片……2片

B

奶油奶酪……150克

糖……45克

鲜奶油……150克

黑巧克力……100克

可可酒……10毫升

做法

1. 切一片约1.5厘米厚的8寸原味戚风蛋糕垫入模具底部；将吉利丁片泡在凉水里备用。

2. 将B料的奶油奶酪切成小块放入容器，加入糖，隔热水用打蛋器搅打至糖溶化，奶酪顺滑，然后加入鲜奶油，拌匀后再加泡软的吉利丁片和切碎的黑巧克力，搅拌至吉利丁片和巧克力熔化，成为均匀的巧克力奶酪糊，再加入可可酒搅拌均匀。

3. 如果奶酪糊存有细小的颗粒，可以用过滤网过滤后倒入垫好蛋糕片的模具中。

4. 蛋糕模放入冰箱冷藏6小时至凝固，取出切块即可食用。

小贴士

* 冷冻型芝士蛋糕可以放在冰箱中冷藏，根据模具的大小，冷藏约4～8小时即可完全凝固。

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：50分钟
- 参考份数：8寸圆蛋糕模1个，6人份
- 厨艺等级：★★★

苹果派芝士蛋糕 Delicious

苹果与芝士的完美结合。



材料

消化饼干……80克
熔化黄油……40克
奶酪……125克
糖……45克
鸡蛋……1个
酸奶……50毫升
玉米粉……3克
肉桂粉……1克
柠檬汁……5毫升
苹果……1个
果酱或蜂蜜……5克

做法

1. 将消化饼干擀成碎末，加入熔化黄油，拌匀倒入模具，用擀面杖的一头压平压紧实，放入冰箱冷冻5分钟让底部定型；烤箱预热至160℃。
2. 将奶酪和糖混合，搅打至软顺，加入蛋液，搅拌均匀，再加入酸奶，混合均匀。
3. 将玉米粉、肉桂粉、柠檬汁混合后加入奶酪中；将所有材料混合均匀倒入模具，放入烤箱中层，以上下火烤约30分钟，至表面凝固取出。
4. 将苹果切整齐的薄片，码放在蛋糕表面，再放入烤箱中层，以上下火烤25分钟。
5. 将蛋糕在烤箱内放至温热后取出，放凉，刷上一层果酱或蜂蜜保湿，放入冰箱冷藏约1小时后再食用口感最佳。

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：70分钟
- 参考份数：长方活底派盘1个，6人份
- 厨艺等级：★★★



大理石芝士蛋糕 Delicious

创造出独一无二的完美滋味。

材料

消化饼干	80克	鸡蛋	1个
熔化黄油	40克	鲜奶油	50克
奶油奶酪	220克	柠檬汁	5毫升
牛奶	50毫升	玉米淀粉	5克
糖	50克	巧克力	30克

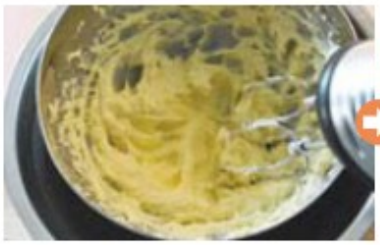
工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：70分钟
- 参考份数：6寸慕斯圈1个，6人份
- 厨艺等级：★★★

做法



1. 将消化饼干擀成碎末，加入熔化黄油，拌匀倒入模具，用擀面杖的一头压平压紧实，放入冰箱冷冻5分钟让底部定型；再将烤箱预热至160℃备用。

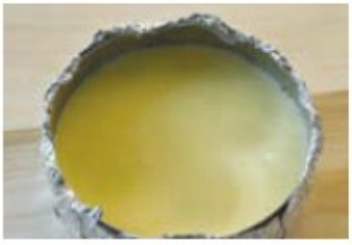




2. 将奶油奶酪和糖混合，搅打至软顺，加入鸡蛋液，搅拌均匀，再依次加入牛奶和鲜奶油，混合均匀。

小贴士

* 奶油奶酪英文名为cream cheese，是一种未成熟的全脂奶酪，色泽洁白，质地细腻，口感微酸，非常适合用来制作奶酪蛋糕。奶油奶酪开封后非常容易变质，所以要尽快食用。



3. 将柠檬汁和玉米粉混合均匀，加入到奶酪中，充分搅拌均匀，搅拌至完全没有颗粒状态为最佳；将所有材料混合均匀，倒入到蛋糕模具中备用。





4. 将巧克力和鲜奶油隔水熔化后倒入小的塑料袋，将袋子的一个角剪开一个细小的口，然后将熔化的巧克力酱不规则地挤在奶酪糊表面，然后用牙签将线条划散。

小贴士

* 用买来的巧克力酱代替熔化的巧克力和鲜奶油混合液更方便。

5. 将模具放入已经预热好的烤箱中层，以上下火烤60分钟左右即可。

6. 烤好的蛋糕在烤箱内放至温热后再取出，室温放凉，如果放入冰箱冷藏1小时后再食用口感最佳。



原味烤芝士蛋糕 Delicious

这就是最简单的美味！

材料

A

消化饼干……80克

熔化黄油……40克

B

奶油奶酪……220克

糖……50克

鸡蛋……1个

牛奶……30毫升

酸奶……100毫升

C

柠檬汁……5毫升

玉米粉……5克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：80分钟
- 参考份数：6寸圆蛋糕模1个，6人份
- 厨艺等级：★★★

做法


1


2-1


2-2


2-3


2-4


3

1. 将材料A的消化饼干擀成碎末，加入熔化黄油，拌匀倒入模具，用擀面杖的一头压平压紧实，放入冰箱冷冻5分钟让底部定型；烤箱预热至160℃。
2. B料中的奶油奶酪和糖混合，搅打至软顺，加入鸡蛋液，搅拌均匀，再依次加入牛奶和酸奶，混合均匀。
3. 柠檬汁和玉米粉混合后加入奶酪中；将所有材料混合均匀倒入模具。
4. 模具放入烤箱中层，上下火，烤60分钟左右即可。
5. 烤好后的蛋糕在烤箱内放至温热后再取出，室温放凉，如果放入冰箱冷藏1小时后再食用口感最佳。


藍莓芝士蛋糕 Delicious
清香酸甜就是我!

材料

A

蓝莓果酱……70克

干燥蓝莓干……15克

B

消化饼干……100克

熔化黄油……40克

C

奶油奶酪……180克

糖……40克

鸡蛋……1个

牛奶……60毫升

柠檬汁……5毫升

D

玉米淀粉……5克

低筋面粉……5克

牛奶……20毫升

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：80分钟
- 参考份数：6寸慕斯圈1个，6人份
- 厨艺等级：★★★

做法

1. 将蓝莓果酱和干燥蓝莓干混合均匀备用。

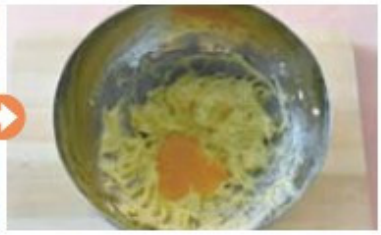
小贴士

* 新鲜蓝莓果粒、干燥蓝莓果或蓝莓颗粒罐头都可以制作这款芝士蛋糕，蓝莓的使用量也可以根据自己的口味做调整。



2. 将消化饼干擀碎，加入熔化黄油，倒入模具，用擀面杖压平；在饼干底涂抹1/3的蓝莓果酱和蓝莓干混合物，冷冻10分钟；烤箱预热至160℃。





3. C料中的奶酪和糖混合，搅打至软顺，加入鸡蛋液，搅拌均匀，再加入牛奶和柠檬汁混合均匀。





4. 将D料的玉米淀粉和低筋面粉混合，加入牛奶搅拌均匀后倒入奶酪糊中；将最后混合的奶酪糊倒入模具，放入烤箱中层，以上下火烤50分钟左右。





5. 取出模具，表面再加入剩余的蓝莓果酱和蓝莓干，继续烘烤15分钟左右即可。



6. 将烤好的蛋糕在烤箱内放至温热后再取出，在室温下放凉，如果放入冰箱冷藏1小时后再食用口感最佳。



轻乳酪蛋糕 Delicious

最爱这一份清爽绵软的感觉。

材料

奶油奶酪……100克
糖……90克
蛋黄……4个
牛奶……100毫升
柠檬汁……5毫升
低筋面粉……60克
玉米淀粉……30克
蛋清……4个
柠檬汁……2毫升
熔化黄油……40克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：70分钟
- 参考份数：椭圆蛋糕模2个或8寸圆蛋糕模1个，6人份
- 厨艺等级：★★★

做法



1. 奶油奶酪加入30克糖后隔水加热，用电动打蛋器搅拌至细滑无颗粒，然后一个一个地加入蛋黄并拌匀。



2. 在奶酪中依次加入牛奶、柠檬汁，搅拌均匀后筛入低筋面粉和玉米淀粉，再次充分搅拌均匀；将烤箱预热至160℃，烤盘内倒约5分满的水，放在烤箱中下层。



3. 将蛋清中加入柠檬汁，用电动打蛋器打发，其过程中分三次加入60克糖，打至9分发的状态。



4. 将蛋清分三次和奶酪糊混合均匀，然后将熔化的黄油顺着搅拌刀倒入奶酪蛋清糊中，迅速搅拌均匀后倒入模具，模具放烤盘中，水浴，烤60～70分钟。

5. 蛋糕烤好后在烤箱内放至温热的状态，再将蛋糕从烤箱中取出，在室温下放凉，如果放入冰箱冷藏后再食用味道更好。



抹茶冻芝士蛋糕 Delicious

在夏天，最爱这浓浓的抹茶香味！

材料

吉利丁片 …… 1片（约5克）
奶油奶酪 …… 100克
糖 …… 35克
牛奶 …… 35毫升
蜜红豆 …… 10克
抹茶粉 …… 5克
鲜奶油 …… 100毫升
蛋糕片 …… 1片
椰蓉 …… 适量

做法

1. 吉利丁片用凉水泡10分钟，待柔软后备用；奶油奶酪切小块，混合20克糖后，用打蛋器搅打柔软备用。
2. 牛奶以小火加热，不煮沸，加入已经泡软的吉利丁片，搅拌至溶化关火，加入奶酪中混合均匀备用。
3. 鲜奶油加15克糖打至六分发泡，跟以上奶酪糊混合后，加入抹茶粉，再搅拌均匀，最后加入蜜红豆拌匀。
4. 模具底部垫蛋糕片，倒入已经做好的蛋糕糊，放入冰箱冷藏至凝固取出。
5. 凝固好的慕斯，用吹风机将慕斯圈周围吹热，取下慕斯圈，用椰蓉简单装饰周边即可。

小贴士

* 慕斯圈只是一个围边，没有底部，可以垫容器并垫一层蛋糕片或饼干底防漏，或用锡纸包裹也能防漏。



柠檬冻芝士蛋糕 Delicious

清新的柠檬香气总能给我带来好心情。

材料

吉利丁片 …… 2片（约10克）
柠檬 …… 1个
奶油奶酪 …… 150克
糖 …… 40克
牛奶 …… 50毫升
橙皮果酱 …… 25克
朗姆酒 …… 5毫升
鲜奶油 …… 150毫升
蛋糕片 …… 1片

做法

1. 吉利丁片用凉水泡10分钟，待柔软后备用；柠檬去薄皮，皮切细丝，果肉挤榨成柠檬汁备用。

2. 奶油奶酪切块和20克糖混合，用打蛋器搅打柔软；牛奶加热但不煮沸，加吉利丁片，搅拌至溶化，熄火，加入奶酪中，混合均匀备用。

3. 鲜奶油加20克糖打至6分发泡，跟以上奶酪糊混合后，再依次加入柠檬皮丝、柠檬汁、朗姆酒和橙皮果酱，搅拌均匀。

4. 模具底部垫蛋糕片，倒入已经做好的蛋糕糊，放入冰箱冷藏至凝固取出。

5. 凝固好的慕斯，用吹风机将慕斯圈周围吹热，取下慕斯圈，用柠檬皮简单装饰表面即可。


莓香抹茶奶油蛋糕 Delicious
草莓，就爱这一抹诱人的红色。

材料

A

8寸方形抹茶蛋糕片……2片

B

鲜草莓……400克

C

打发的鲜奶油……300克

工坊手记

- 准备时间：10分钟
- 制作时间：30分钟
- 参考份数：8寸方蛋糕模1个，6人份
- 厨艺等级：★★

做法



1. 提前制作好抹茶蛋糕（参见本书P161），再准备好草莓和打发的鲜奶油备用。



2. 蛋糕放凉脱模后，切两片2厘米厚的蛋糕片。其中一片放入模具底部垫底。



3. 草莓洗净、去蒂，然后将去蒂的那面用刀切个小平面，让其能立在蛋糕片上。将1/4的草莓从中间纵向切开，中间的切面朝向模具四个边，摆放一圈，中间顺序码放整个的草莓。

小贴士

* 草莓的营养非常丰富哦！草莓的外形呈心形，鲜美红嫩，果肉多汁，含有特殊的浓郁水果芳香。草莓营养价值高，含丰富维生素C，有帮助消化的功效，与此同时，草莓还有巩固齿龈、清新口气、润泽喉部的作用。



4. 将打发好的奶油装入裱花袋，然后均匀地挤在草莓上，覆盖住所有的草莓。



5. 将另外一片蛋糕片盖在奶油上，轻轻压平，放入冰箱冷藏4小时。

6. 取出，用刀片刮开模具的四周，脱模后切成小块食用。

小贴士

* 打发的鲜奶油（用动物或植物的都行）做好后包裹保鲜袋密封，放入冰箱冷冻可以存放很久（大约1~2个月）。使用时，从冷冻室取出，室温让其解冻就行，比较节省时间。

建议长期购买的亲添加以下联系方式，更换店铺的时候可以及时获取地址。添加微信好友还能获得掌柜不定时在朋友圈分享的一些不会上架出售的书籍福利及店铺活动公告。

微信号：antonia-chen 注明淘宝 - 注意中间的横杠君

或 直接扫描↓二维码





这是目前没什么用的订阅号

---------- 我是简单粗暴的分割线 ----------

Q群号：**452218280** 注明淘宝



用于发布公告，无人回复，不加好友。



扫码加掌柜微信